
MAI-JUIN 2010
N°14 - 5,90 €
PSYCHOLOGIES
HORS-SÉRIE
MAGAZINE
WWW.PSYCHOLOGIES.COM
+ TEST
Quel héros êtes-vous ?
Amour
En quête d'absolu
Émotions
Oser pleurer
Sexe
Leurs cinq fantasmes
Beauté
La revanche des laids
VIRIL
FRAGILE
PÈRE
FILS
AMANT
AMI
COMMENT ÊTRE
UN HOMME
T 07308 - 14 H - F: 5,90 € - RD

Nouvelle Mercedes Classe E Cabriolet.

Domptez le vent.



Profitez du système révolutionnaire AIRCAP qui vous permet d'une simple pression du doigt de détourner le vent. L'air est ainsi dévié grâce à un déflecteur situé sur le haut du pare-brise et à un pare-vent tendu entre les deux appuie-tête arrière, transformant ainsi l'habitacle en une véritable bulle à l'abri du vent. Découvrez également la technologie AIRSCARF qui enveloppe votre cou d'une confortable "écharpe" d'air chaud.


www.DayzEbook.com
Classe E Cabriolet
Mercedes-Benz

sommaire



©MEYER

33. Mes amours
sexe et sentiments



©ALDO SPERBER



©NAN GOLDIN



PHOTO DE COUVERTURE : ©ANNA PEISL

61. Mes enfants

paternité



©BAUDOUIN

83. Mes amis

ensemble

©PHILIPPE GARCIA

107. Mon corps

bien-être

PSYCHOLOGIES
HORS-SÉRIE

PSYCHOLOGIES MAGAZINE
Siège social : 149, rue Anatole-France,
92534 Levallois-Perret Cedex.
Tél. : 0141 34 60 00. Pour joindre directement votre correspondant, composez 01 41 34 suivi de son numéro
Tél. abonnements : 0145367882.
e-mail : abonnementspsychologies@cba.fr

RÉDACTION
Directeur de la rédaction : Arnaud de Saint Simon (8371)
Assistante : Stéphanie Besson (8371) stephanie@psychologies.com
Directrice de la rédaction adjointe : Laurence Folléa (8347) laurence.f@psychologies.com
Éditrice déléguée : Nadine Vitu (8376) nadine@psychologies.com
Rédactrice en chef : Violaine Gelly (8348) violaine@psychologies.com
Directrice artistique : Hanifa Tatem (8315) hanifa@psychologies.com

ONT CONÇU ET RÉALISÉ CE HORS-SÉRIE :
Rédacteur en chef : Philippe Romon (8365)
Rédacteur en chef adjoint : Stanislas de Haldat
Rédaction : Bernadette Costa-Prades, David Foenkinos, Giulia Foïs, Hélène Fresnel, Violaine Gelly, Stanislas de Haldat, Alain Héril, Marie-Hélène Jacquier, Christian Krumb, Laurence Lemoine, Hélène Mathieu, Christilla Pellé-Douel, Valérie Peronnet, Sandrine Pitarque, Philippe Romon, Flavia Salvi Mazelin, Pierre Siankowski
Secrétaire de rédaction : Laurent Giraud-Coudière
Conception graphique et direction artistique : Emma Rigaudeau
Production photo et iconographie : Elise Pailloncy
Photographes : Baudouin, Philippe Garcia, Nan Goldin, Meyer/Tendance floue, Aldo Sperber
Illustrateurs : Alain Pilon et Gaëtan Nocq

INTERNET
Psychologies.com
9, place Marie-Jeanne Bossot,
92300 Levallois-Perret
Rédactrice en chef : Laurence Ravier (9987)

GESTION
Contrôleur financier : Stéphanie Rollin (7369)
Chef de fabrication : Hubert de Heaulme
Responsable copyright : Tanja Duhamel (8359)

RÉGIE PUBLICITAIRE
Lagardère Publicité, 31, rue du Colisée, 75008 Paris
Présidente : Constance Bencqué. Directeur général : Philippe Pignol
Pour joindre directement votre correspondant, composez 01 53 96 suivi de son numéro

PUBLICITÉ MAGAZINE
Directrice commerciale : Véronique Dusseau (3435) veronique.d@psychologies.com
Directrice de publicité : Marie Bonvallet (3431) marie.b@psychologies.com
Directeurs de marques : Andrea Acquaviva (3430) andrea@psychologies.com, Floriane de La Villarmois (3432) floriane@psychologies.com
Planning : Marie-Ange Leite (01 41 34 83 96) MarieAnge.LEITE@Lagardere-Pub.com

LES ANNONCES DU MIEUX-VIVRE
Lagardère Métropoles, 23, rue Baudin,
92538 Levallois-Perret Cedex
Pour joindre directement votre correspondant, composez 01 41 34 suivi de son numéro
Directrice commerciale : Nathalie Bourdon (7639) nathalie.b@psychologies.com

VENTE AU NUMÉRO
Vente au numéro (réservé aux dépositaires et aux diffuseurs) : Antoine Boiron, Isabelle Fargier (7234) isabelle.fargier@lagardere-active.com
Distribution : Transport Presse Photogravure : Compos Juliot (75).
Imprimé en Allemagne : Mohn Media (Carl-Bertelsmann Strasse 161 M, 33311 Gütersloh) Dépôt légal : avril 2010 ISSN : 0032-1583
Commission paritaire : n° 0608 K 83442.

Psychologies magazine est édité par SA Groupe Psychologies (à directoire et conseil de surveillance), 149 rue Anatole-France, 92534 Levallois-Perret Cedex
RCS de Paris 326 929 528. Capital : 977 600 €
Directeur de la publication : Arnaud de Saint Simon
Actionnaire : Hachette Filipacchi Presse

CONSEIL DE SURVEILLANCE
Président : Jean-Louis Servan-Schreiber
Assistante, relations extérieures : Sophie Bertin (01 41 34 83 73)
Vice-président : Bruno Lesouëf
Membres : Perla Servan-Schreiber, Damien Dufour, Edward Russo

POUR VOUS ABONNER EN FRANCE
Du lundi au vendredi, de 9 heures à 18 heures Tél. : 01 45 36 78 82
Tarif : 1 an (11 nos) = 36 € (grand format) et 32 € (format poche)
Depuis les DOM-TOM et l'étranger. Tél. : 00 331 45 36 78 82.
Tarifs : nous consulter.

Devenir un homme



« On ne naît pas femme : on le devient. » Quand Simone de Beauvoir écrit cette phrase, en 1949, les hommes ne se posent pas de questions : dans une société qu'ils dirigent, ils naissent, grandissent et s'érigent en mâle, jusqu'à s'y fossiliser. La situation est aujourd'hui moins confortable. La seconde moitié du XXe siècle aura été celle de la femme et même si l'égalité est loin d'être établie, dans l'ordre sacro-saint du pouvoir quelque chose désormais échappe à l'homme. Grâce à la science, pour se reproduire les femmes n'ont plus besoin d'être pénétrées. Dans la version d'*Alice au pays des merveilles* de Tim Burton, c'est une jeune femme qui brandit le glaive et terrasse le dragon : par Saint-Georges, le coup est dur… Mais la situation est aussi plus enrichissante. En tuant le dragon, Alice s'est émancipée et maintenant le tour est venu à l'homme de s'interroger. Aujourd'hui, être un homme c'est apprendre à le devenir. Pour naître, non pas juste biologiquement ou socialement, mais à la vie. Une vie faite de corps, mais aussi d'intimité, de spiritualité. Et personne ne prétend que ce serait facile. Un maître de yoga m'a dit un jour : « L'origine, la matrice, est féminine. La réalisation se fait dans le yang, le masculin. C'est vrai pour chaque être humain, homme ou femme. Toute la difficulté est d'installer un équilibre serein entre sa part masculine et son féminin ». Ce hors-série propose d'explorer ce questionnement et, modestement, d'apporter quelques outils dans l'ambitieux projet « d'être un homme », à travers tous les aspects de la vie quotidienne : les amours, les amis, les emmerdes… Il ne s'adresse pas à un sexe à l'exclusion de l'autre. Au contraire : les femmes aussi gagneront à mieux connaître l'homme, cet animal étrange. Pour mieux le comprendre, le supporter, et avec un peu de chance, l'aimer. **Philippe Romon**

GET TO THE NEXT LEVEL[1]

ALFA MITO
À PARTIR DE 12 500 €[2]
consommation mixte < 5.6 à 6.0 l/100 km >
émissions de CO2 < 129 à 139 g/km >

2,9% CRÉDIT AUTO[3] au TEG fixe/an
sur 12 mois valable du 1er avril au 30 juin 2010.
12 mensualités de 848,33 € pour 10 000 € empruntés





(1) Passez au niveau supérieur. (2) Prix spécial pour une Alfa MiTo 1.4 MPI 78 ch Junior incluant une aide à la reprise de 1 000 € ainsi qu'une prime à la casse Alfa Romeo de 1 400 € pour la reprise d'un véhicule de 8 à 10 ans destiné à la casse. Prix du modèle présenté équipé en option de phares antibrouillard et d'une peinture rouge Alfa : 13 000 €. Offre valable jusqu'au 30/06/10 dans le réseau participant. Émissions de CO_2 : 138 g/km. Consommation mixte : 5.9 l/100km. Tarifs au 15/04/10. Offre réservée aux particuliers. (3) Offre non cumulable réservée aux particuliers, chez les distributeurs agréés participants sur véhicules neufs particuliers Alfa Romeo, pour un minimum emprunté de 1 500 € et une durée maximum de 12 mois. Coût total du crédit 179,96 € dont 170 € de frais de dossier (1,7% du montant emprunté) et hors assurances facultatives. 1ère échéance à 60 jours. Dans le cadre de votre financement, vous disposez d'un délai de rétractation. Sous réserve d'acceptation par FC France, 6 rue Nicolas Copernic - 78190 Trappes, S.A au capital de 11 360 000 € - RCS Versailles 592 033 591. (4) Mon Alfa Romeo.

Qu'est-ce qu'être un homme ? La question se pose face à chaque épreuve de ma vie [p. 10]. Mais n'existe-t-il qu'une réponse ? [p. 14] Je peux la chercher du côté de ma mère, la première femme qui m'a façonné [p. 16]. Je peux interroger mon identité sexuelle si je suis gay dans un milieu homophobe [p. 20]. Je peux aussi me confronter à mes pairs le temps d'un stage entre hommes [p. 24]. Et je peux toujours m'amuser à m'identifier à l'un des archétypes du panthéon des dieux grecs [p. 28].



PHOTOS **MEYER**

Je suis un homme

Qu'est-ce qui fait de moi un homme : mon pénis ? Le regard des femmes ? Celui de mes enfants ? Mais **qui suis-je alors** quand j'ai des pannes, quand ma compagne me quitte et que ma famille éclate ?

PAR **PHILIPPE ROMON**

Être un homme, c'est difficile. Ce qui ne veut pas dire qu'être une femme soit nécessairement plus facile, mais la question ici, pour commencer, est « un homme, c'est quoi ? ». Eh bien, c'est difficile. Prenez Blaise, 43 ans, en instance de divorce au moment où, sur l'un des forums de psychologies.com, il écrit : « Ma femme ne m'a pas pardonné de lui avoir fait un enfant. Pendant ces dernières années, je n'ai eu qu'une sexualité de solitaire. C'est déstabilisant et frustrant. Dernièrement, j'ai rencontré quelqu'un et ça s'est plutôt mal passé : la panne totale. J'ai beau me dire que les circonstances n'y étaient pas, que ce n'était pas la bonne personne... On ne peut s'empêcher de penser qu'on est un gros nul. C'est dur ».

Un gros nul. Son témoignage m'évoque d'autres situations... Par exemple celle de Paul, 47 ans, qui raconte plus loin dans ce hors-série (p. 48) comment il a choisi lui de répondre à son désarroi en ayant recours à des call-girls. Ou >>>





Devenir un homme est une construction sociale. Et pas seulement une question de biologie.

>>> celle de Tom, le père à la dérive du fulgurant roman de David Vann, *Sukkwan Island*, qui dit à son fils : « L'homme n'est que l'appendice des femmes. Les femmes se satisfont à elles-mêmes et n'ont pas besoin des hommes. Mais les hommes, oui, ont besoin d'elles. Ce sont donc elles qui ont tout le pouvoir. Elles qui décident de ce qui doit être fait et comment. Et qui changent d'avis tout le temps. Nous n'avons rien à dire dans tout ça. » Je pourrais y ajouter le mien. Récemment divorcé, j'ai assisté au déménagement de mes enfants et de leur mère avec le désarroi du général devant son armée en déroute, du cultivateur après la grêle, du navigateur de haute mer sans boussole ni gouvernail. Et ce n'est pas la première fois que j'en fais l'expérience, la rupture déclenche un séisme tel que s'insinue le doute : suis-je seulement encore un homme ?

Être un homme, c'est la bite

Mais c'est quoi, être un homme ? « L'identité masculine, c'est la bite ! », s'exclame le Dr Ronald Virag avec la certitude de sa profession. Virag est un andrologue français assez connu, notamment pour sa participation aux recherches ayant donné jour au petit losange bleu anagramme de son nom, le Viagra. Aujourd'hui, il se concentre plutôt sur les implants péniens, qu'il pratique pour pallier les problèmes érectiles graves – ou augmenter la taille des membres jugés inadéquats. En trente ans, il a suivi pas moins de quinze mille patients. Abondamment décoré de sculptures phalliques, petites et grandes, en ivoire ou en ébène, son cabinet s'apparente à un musée de l'érotisme masculin. « Celle-ci vient du Bénin : au moment où le garçon devient pubère on la plante devant sa case pour appeler la fertilité. Allez-y, touchez-la, n'ayez pas peur ! » Pour Virag, donc, le pénis c'est l'homme, et inversement. « Je reçois des patients au bord du suicide parce que l'on s'est moqué d'eux dans les vestiaires ou à cause du commentaire imprudent d'une femme au lit ». S'en suit le croquis d'une intervention chirurgicale type : « On déshabille la verge, on fend l'albugine dans le sens de la longueur et l'on fixe un patch veineux prélevé sur la cuisse ». Puis on recoud le tout. J'en frissonne. Entre ses mains le sexe du patient aura gagné en circonférence. « Mieux vaut l'avoir grosse que longue », soutient le chirurgien. Il me raconte le cas d'un jeune homme de 22 ans, venu consulter « avec sa mère ». Le garçon était déprimé, il l'a opéré. « Tout n'est pas résolu pour lui, mais le mec est content ». Vraiment ?

Être un homme, c'est renoncer

Cette question de ce qui « fait » l'homme, Belinda Cannone l'explore en creux dans le court essai qu'elle consacre à la « nature » des femmes, *La Tentation de Pénélope*. « La biologie nous confirme ce qu'affirmait Simone de Beauvoir, qu'en matière de comportement on ne naît pas femme, on le devient. Si l'on devient femme, c'est que l'humain est un animal social et que la féminité est, comme la masculinité,

PHOTOS (PAGE PRÉCÉDENTE ET CI-DESSUS) : © MEYER/TENDANCE FLOUE



une construction sociale. Notamment. Parce qu'il est nécessaire de parler aussi de la psyché, et de l'inconscient ». Quand je vois mes fils se bagarrer, ils ne le font pas à la manière des filles. Pourtant, à 7 et 9 ans ils portent les cheveux longs (trop : motif du divorce !) et je n'ai rien trouvé à redire lorsque l'aîné a demandé un aspirateur-jouet pour Noël (sinon que le truc ne l'intéresse déjà plus et qu'il accumule la poussière…). Sérieusement – mais tout cela est très sérieux, il y a des types qui se flinguent pour cela –, quand la belle Belinda écrit, dans *Libé* : « Une femme peut jouir simplement au contact du corps aimé, sans caresses ni gestes », je réponds : oui, un homme aussi, mais cela s'appelle l'éjaculation précoce. Des types qui se flinguent, Pavese en est un. Il a écrit *Le Métier de vivre*, il aurait pu l'appeler « le métier d'être un homme ».

J'ai un ami, son baromètre est simple : quand sa femme « accepte » de faire l'amour (ou l'y invite, cela arrive), il est de bonne humeur. Quand elle refuse *(most of the time)*, il est triste, morose, résigné. Pour un peu il envierait mon sort, celui de l'homme divorcé. Libre. Mais la liberté, mon cher ami, ça se paie. Ou ça se construit. Et pour ça, c'est du côté des psychanalystes que je te conduis. Et plus précisément auprès de Jean-Pierre Winter. « Coincé entre l'anatomie et le discours social, personne ne sait trop comment s'y prendre. Pas plus les femmes que les hommes. Elle se rouvre, la question de l'identité, à chaque rencontre ». Pour le psychanalyste, l'homme se construit en renonçant : 1) à son premier amour, sa mère, par trouille de la castration (infligée par le père).

2) Au sexe qu'il n'a pas. Un homme n'est pas une femme. Ce n'est pas rien de le dire. J'ai pu constater qu'à trop vouloir jouer les pères maternant, les femmes que j'essayais de séduire prenaient la fuite. À être trop père-poule, on y perd la superbe du coq.

3) À l'infini de la vie. Les femmes portent et donnent la vie, pas nous. Il nous faut donc trouver autre chose…

Être un homme, c'est aimer

Un homme, c'est quoi ? Je pose la question par mail à O., une femme que j'ai aimée et qui m'a, je crois, aimé. Sa réponse me parvient comme une nécro : « Tu as été l'homme qui m'a amenée à la psychanalyse… » (me voilà bien avancé !), « …celui avec qui j'ai vécu le plus longtemps, celui avec qui j'ai passé les meilleures fin d'années… » (tout n'est pas négatif dans mon bilan !), « Tu n'as pas été l'homme avec qui j'ai pu me laisser aller à avoir du plaisir sexuel »… Et voilà ! on en revient toujours à la même chose ! (*Das Ding*, disait Freud, et ça sonnait bien). C'est quoi être un homme ? Je ne pouvais pas en rester là, au virtuel du mail : dîner avec O. Pasta, vin rouge. « Qu'est-ce que j'attends d'un homme ? Qu'il m'aime ! C'est aussi simple que ça ! ». Bon sang, que n'y avais-je pas songé plus tôt. Mais encore ? « Je n'étais pas capable d'accepter le désir d'un homme qui me respecte » C'est de moi qu'il s'agit, là… Je remplis son verre et lui demande une explication. « C'est une théorie personnelle et qui est valable pour certaines femmes. Quand on ne s'aime ni ne se respecte, on ne peut pas imaginer qu'un homme nous aime ou nous respecte. Donc, deux solutions. Soit on tombe amoureuse d'un connard qui ne nous respecte pas (cas extrême : les femmes battues) et ça prouve bien qu'on est nulle et qu'on ne peut pas être respectée. Soit, si un homme a l'air de nous aimer et nous respecter, on se dit qu'il doit être nul pour aimer quelqu'un qui est nul, donc on ne tombe pas amoureuse de lui… et on finit par le quitter ». Un peu déprimante, sa théorie. O. a 39 ans.

« Toi, il serait temps que tu trouves un >>>

Un phallus, des falots ?

La femme est gouffre et mystère, l'homme arbore un appendice qui se dresse et la pénètre… ce qui assurément distingue l'un de l'autre, c'est le phallus. Il ne se limite pas au pénis. La voiture (signe extérieur de richesse) conforte la virilité de certains conducteurs, leur maîtresse jeune et jolie aussi, et bien sûr leur fonction sociale. Serait-ce donc parce qu'ils sont « membrés » que les hommes sont au pouvoir ? Notre époque nous démontre que non, les femmes se révélant aussi conquérantes. Mais si tant d'hommes s'accrochent à leurs prérogatives, c'est que le pouvoir est l'extension la plus évidente de leur masculinité. Une extension que la castration menace à tout instant : s'ils perdent leur pouvoir, ils ne sont plus rien. À moins de n'être pas « tout » dans ce phallus. À moins d'être homme autrement, aussi… Sophie Cadalen

>>> mec un peu moins con que la moyenne et qui te fasse un môme… ». Que pouvais-je dire d'autre ? « Ouais, ben je cherche ». Nous avons fini la bouteille et chacun est rentré de son côté.

Être un homme, c'est être

C'est quoi, être un homme ? Je ne vous ai pas tout dit. C'est être un fils, aussi. Et s'en détacher. Mon père a plus de quatre-vingt balais et n'époussète plus dans tous les coins de sa cervelle. Quand nous nous voyons, il me parle en boucle de ses flirts de jeunesse, et me demande de « ne pas le dire à ta mère ». C'est tout ce qui lui reste. Et c'est déjà bien. « Être un homme c'est assurer », dit-on. Mais assurer quoi ? Sa propre érection, l'orgasme de sa partenaire, le bien-être des enfants ? L'assistance aux parents vieillissants ? Et pourquoi pas, le bonheur de tous, l'épanouissement personnel, voire s'engager dans la vie sociale. Oui, pourquoi pas ? Ne serait-ce qu'un peu. Puisque l'orgasme de ma compagne, un geste tendre de mes fils, le soupir de mon père et le sourire de ma mère me rendent heureux. Un peu seulement. Être un homme, c'est faire ce que l'on peut.

C'est quoi, être ? Un homme ? Les hommes n'arrêtent pas de se plaindre et j'en fais partie : « à cause des femmes notre identité est chancelante, gémissons-nous, elles nous rendent chèvres à vouloir ceci et son contraire, la virilité et la sensibilité… » Comme si les deux étaient incompatibles ! Jamais une femme ne m'a reproché mes larmes, ni mes pannes. Mais mes absences, si. Ce n'est pas « être un homme » qui est difficile – c'est être, tout simplement. Être présent à la vie. « L'angoisse propre à chacun », disait Winter. Celle de renoncer, disait-il. Renoncer à n'être qu'un appendice, qu'un sexe, qu'un fils, qu'un père pour devenir soi-même. Un homme.

SOPHIE CADALEN

« Les codes de la viri

Pour la psychanalyste, être un homme ne va pas de soi. Mais ce n'est pas en cherchant à se conformer à des modèles qu'un individu peut accéder à sa propre identité et à sa liberté.

PROPOS RECUEILLIS PAR **STANISLAS DE HALDAT**



Psychanalyste, écrivain, comédienne[1]… À travers des essais comme *L'autre et moi* (Michel Lafon (2001) ou *Toi Mars, moi Vénus ou le contraire* (Leduc S. éditions, 2009), Sophie Cadalen rend compte de son observation des quêtes identitaires que mènent les hommes et les femmes, et des nouveaux rapports entre les sexes.

1. Jusqu'au 25 juin, elle joue sa pièce Tu m'aimes comment ? *au Théâtre Pixel à Paris.*

Psychologies : Simone de Beauvoir écrivait : « On ne naît pas femme, on le devient ». Dans l'éditorial de ce numéro, l'auteur détourne cette proposition et écrit « on devient homme ». Que vous inspire ce renversement ?

Sophie Cadalen : À l'époque du combat féministe de Simone de Beauvoir, être un homme allait apparemment de soi. L'homme se signalait par un sexe visible, ce qui n'était pas le cas de la femme. Cette évidence d'un phallus amène encore beaucoup de gens à se tromper et à croire qu'être un homme est une évidence. Or, depuis, il a fallu faire un cheminement de pensée pour dire que l'homme ne peut pas se limiter à cette virilité spectaculaire. Si la féminité se construit, la masculinité aussi. Elle ne dépend pas que d'un organe. Lacan disait : « Il n'y a pas de rapport sexuel ». Cette phrase a souvent été entendue sur un mode fataliste et résigné. Or, elle signifie qu'on ne peut pas réduire la relation homme-femme à une équation qui dirait : « J'ai un phallus donc je suis un homme et tu as un vagin donc tu es une femme. » Il est impossible se baser juste là-dessus pour se situer les uns par rapport aux autres.

PHOTO : ©JULIEN BENHAMOU

lité nous enferment »

Par quoi un homme peut-il alors se différencier d'une femme ?
S. C. : C'est une question complexe ! On ne peut pas se référer aux prétendues caractéristiques de chaque sexe – l'agressivité pour les hommes, la douceur pour les femmes – parce que ce n'est pas probant. Il y a des femmes plus agressives que des hommes et des hommes plus doux que des femmes. Dire que les uns viennent de Mars et les autres de Vénus n'a pas grand sens. Pourtant je reste convaincue de la différence des sexes. Mais je suis incapable de dire où elle se situe, de la définir, et surtout de la généraliser. Cette incertitude est le grand vertige d'aujourd'hui.
Un vertige angoissant…
S. C. : Sans doute, mais un vertige impliquant pour chacun. Je comprends que donner des définitions sexuées est plus commode. Dire « un homme, c'est ceci et une femme c'est cela » nous rassure. Mais la frustration de ne pas pouvoir définir l'autre aussi simplement est un moteur pour l'écouter et aller vers lui ou elle.
Et la frustration de ne pas pouvoir se définir soi-même ? On voit bien que l'auteur du texte qui précède se débat dans sa quête identitaire
S. C. : Il croit pouvoir se définir en creux par rapport aux femmes. Il émet l'idée que la définition de leur genre est plus facile pour elles parce que la maternité les fait femmes. Or, c'est faux. On le voit avec les femmes qui subissent le baby-blues. Elles ont enfanté, mais si elles souffrent, c'est justement de se sentir bien peu femmes dans ces moments-là. Elles se trouvent peu désirables, irritées, et ça n'est pas qu'une question d'hormones ! Plus nous cherchons des définitions stables et précises, plus nous risquons de tomber de haut quand nous constatons qu'elles ne fonctionnent pas. Elles semblent nous conforter, mais elles nous fragilisent. Un homme le devient quand il ne se pose plus la question « qu'est-ce qu'un homme ? »
Vive la fin des codes ?
S. C. : Les codes – qu'ils soient ceux de la virilité ou de la féminité – nous enferment. Vouloir les respecter exige que nous refoulions tout ce qui n'entre pas dans leur cadre. C'est fatigant pour le psychisme, mais c'est aussi dangereux, car le retour du refoulé peut être violent. Il se traduit par la colère, l'alcoolisme. En revanche, refuser ces codes nous oblige à nous risquer dans ce que l'on veut de soi et de l'autre. La conviction intime de qui l'on est n'a pas de modèle formaté. Il s'agit de libérer notre propre souffle. C'est la garantie de la liberté du sujet et donc de la démocratie. C'est aussi le sens – et le projet politique – de la psychanalyse.
Que penser alors des injonctions actuelles faites aux hommes d'être plus féminins ? C'est un modèle de plus ?
S. C. : Les modèles androgynes se heurtent aux mêmes écueils. Ils ne règlent rien : de quelle fusion masculine-féminine s'agit-il si on ne sait pas ce que sont le masculin et le féminin ? À l'inverse on note aussi la réapparition des vieux modèles : l'homme-père et la femme-mère. Des modèles qui reviennent chez les jeunes qui sont perdus dans la cacophonie. Reste que l'émergence actuelle de ces multiples propositions de modèles traduit un questionnement. C'est très constructif, car les questions sont toujours plus importantes que les réponses.

« Je suis convaincue de la différence des sexes, mais je ne sais pas où elle se situe »

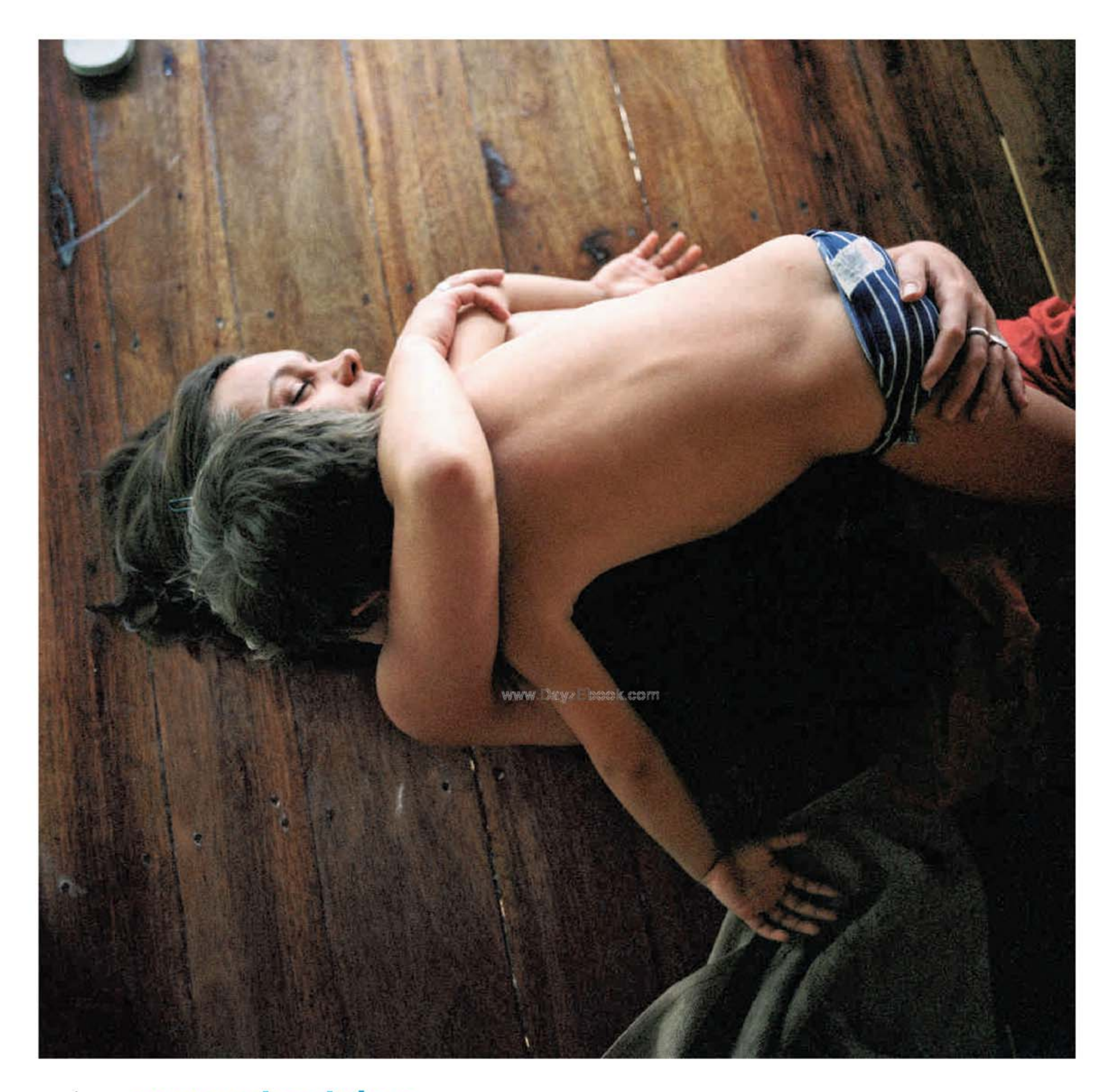
La mère à l'origine du mâle

□□emiè□e □emme □e □□□ie □'un homme□e□e mo□è□e in□ons□iemmen□s□□u□u□e □ie □mou□euse□ □e □s□□h□n□□□s□e □ □□in □□□□onnie□□essine **cinq profils** □e mè□es e□e□□□□ue □eu□influen□e□

PAR **FLAVIA SALVI MAZELIN**

C'est un amour qui ne ressemble à aucun autre. Même si elle ne le formule pas de cette manière, qu'elle l'assume ou s'en défende, une mère sait combien la relation qui la lie à son fils est intense et singulière. Première femme de la vie de son petit homme, elle trouve dans ce lien une sécurité affective sans égale, qui la fait se comporter comme si elle était sans rivale. Ce qu'elle est, selon Freud. Pour lui, « la relation entre une mère et un fils est fondée sur le narcissisme qu'aucune rivalité ultérieure ne vient déranger ». Si la fille, en entrant dans l'œdipe, change d'objet d'amour, se détournant de sa mère pour son père, le fils, lui, reste tourné vers elle. « Quand on sait combien la rivalité imprègne les relations humaines, on mesure le poids d'une relation qui en est totalement dépourvue et son impact sur la future vie amoureuse des garçons », explique Alain Braconnier. Le psychanalyste rappelle que si la relation mère-fils est faite d'attachement et de séduction, de désir et de plaisir, elle est aussi modelée par ce que la mère y projette en matière d'idéal et par ce qu'elle transmet de son rapport au masculin. Cinq types de mères cohabitent en chacune d'elles. Leur personnalité et leur histoire accentuent une tendance plus qu'une autre, tout comme le rôle du compagnon par sa capacité à séparer la dyade mère-fils.

PHOTO : P.MEYER/TENDANCE FLOUE



La **surprotectrice**

L'archétype même de la mère juive dans les films de Woody Allen. Anxieuse, intrusive, possessive et fusionnelle. Son but : prolonger le plus possible l'exclusivité avec son fils. Pour cela, elle n'hésite pas à lui administrer régulièrement des douches écossaises, en jouant tantôt sur le registre de la peur – elle exagère tous les dangers, affectifs et matériels –, tantôt sur celui de la chaleur nourricière – elle le réconforte, le gâte et le cajole. Profondément angoissée, elle transmet à son fils sa vision pessimiste des relations humaines, ce qui a pour effet de renforcer chez lui anxiété et dépendance affective.

Son influence. Écrasés par cet amour féroce, ses fils grandissent dans l'anxiété, l'immaturité affective et la culpabilité. Intimité difficile à établir, communication verbale réduite, émotions verrouillées... S'ils parviennent à couper le cordon, c'est avec violence et de manière définitive. Dans le cas contraire, ils lui restent dévoués, et ce sont les femmes qu'ils rencontrent qu'ils mettent à distance. Ces dernières trouvent rarement grâce aux yeux de leur belle-mère potentielle. D'où le choix de femmes un peu infantiles qui pourront être « adoptées » à leur tour par la mamma.

>>>

La bienveillante

Heureuse, comblée par son compagnon, elle ne projette pas sur son fils d'idéal inaccessible. Elle veille au bien-être de sa famille et laisse au père toute sa place. Si elle est à l'écoute de son fils et sait être complice, à l'adolescence notamment, elle n'est jamais intrusive ni possessive. En un mot, elle l'aime sans l'empêcher d'aller désirer et aimer d'autres femmes qu'elle.

Son influence. Cette mère « fait » des hommes confiants, à l'aise avec le féminin. Les fils des mères bienveillantes savent accueillir et exprimer leurs émotions, et séduire sans bluffer ni dominer. Ils savent jongler avec les rôles d'ami et d'amant, ne se sentent pas en danger dans les rapports de force. Leur talon d'Achille : avoir tendance à privilégier avec les femmes la relation de bienveillance au détriment de la relation amoureuse. Comme le disait Aristote, qui devait être de ces hommes-là : « L'amitié est le meilleur destin de l'amour conjugal ».

La castratrice

Elle en guerre avec les hommes, qu'elle veut mettre sous sa coupe. C'est une femme qui veut le « phallus » (le pouvoir) pour elle seule. Dominatrice, elle fait marcher son petit monde à la baguette. Frontalement ou de manière plus souterraine, elle rappelle à chaque instant à son fils qu'il n'y a qu'un maître à bord.

Son influence. Comment ne pas avoir peur de la rencontre intime avec les femmes ? Les fils de ces mères surpuissantes ont une attitude paradoxale. Ils semblent les fuir tout en recherchant leur copie conforme, afin de rejouer avec leur compagne la relation dominante-dominé. Pourtant, lorsque le couple s'installe dans la durée, c'est par l'infidélité qu'ils tentent de se dégager de ce lien asphyxiant, sans toutefois parvenir à s'en affranchir. Mais la soumission au féminin a des limites : ils peuvent aussi faire preuve de violence, verbale ou physique, lorsqu'ils se sentent agressés dans leur masculinité par les femmes, se vengeant ainsi de toutes les humiliations maternelles.

La distante

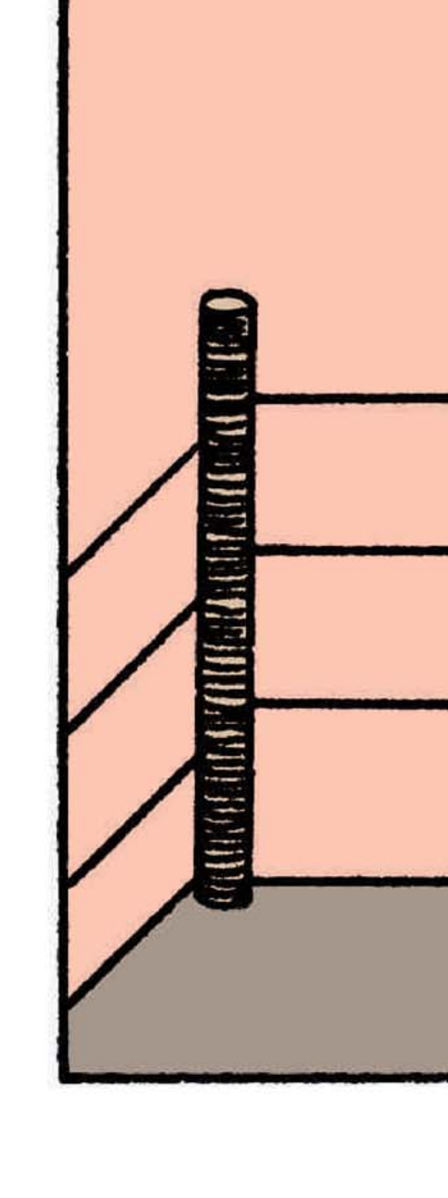
Doutant de ses compétences maternelles, cette mère a peur de mal faire et de faire souffrir son enfant. Ses émotions et ses initiatives lui semblent potentiellement dangereuses. Aussi se met-elle en retrait, physiquement et affectivement. Ce qui ne signifie pas qu'elle n'aime pas son fils, au contraire. Mais tant qu'il n'a pas décodé la souffrance de sa mère derrière sa froideur, il se sent mal aimé.

Son influence. Parmi les fils de ces mères se trouvent souvent les misogynes, voire les misanthropes. N'ayant pas reçu la chaleur maternelle, ils tiennent un discours cynique sur l'amour et la sexualité. Résultat : ils reproduisent avec les femmes la distance maternelle et en souffrent. S'ils baissent suffisamment la garde et rencontrent une personne chaleureuse, ils s'investissent sans compter dans leur couple.

L'amoureuse

Elle voue une admiration à son fils sur qui elle projette entièrement son idéal masculin. Prompte à vanter ses qualités, physiques et morales, elle lui dessine un avenir glorieux. Elle ne veut pour lui que le meilleur en tout, quitte à se sacrifier. Son soutien est à la hauteur de son exigence, elle ne supporte pas la médiocrité chez lui, ni autour de lui. Elle place tous ses espoirs en lui. C'est la mère type des « grands hommes ».

Son influence. La force que transmet cette mère est puissante. Le fils en retire une confiance en lui très solide. Sur le plan affectif, cet « élu » va partir en quête de celle qui prendra le relais de sa mère et qui le couvera à vie du même regard émerveillé. Ses espoirs sont souvent déçus et les relations se succèdent rapidement. La quête tourne à la conquête, et le prince charmant se transforme en Don Juan souvent frustré, parfois amer. S'il finit par trouver sa perle rare, le conquérant exigera d'elle abnégation et dévotion à vie. Les femmes fortes, indépendantes ou séductrices ne l'intéressent en général que très peu.



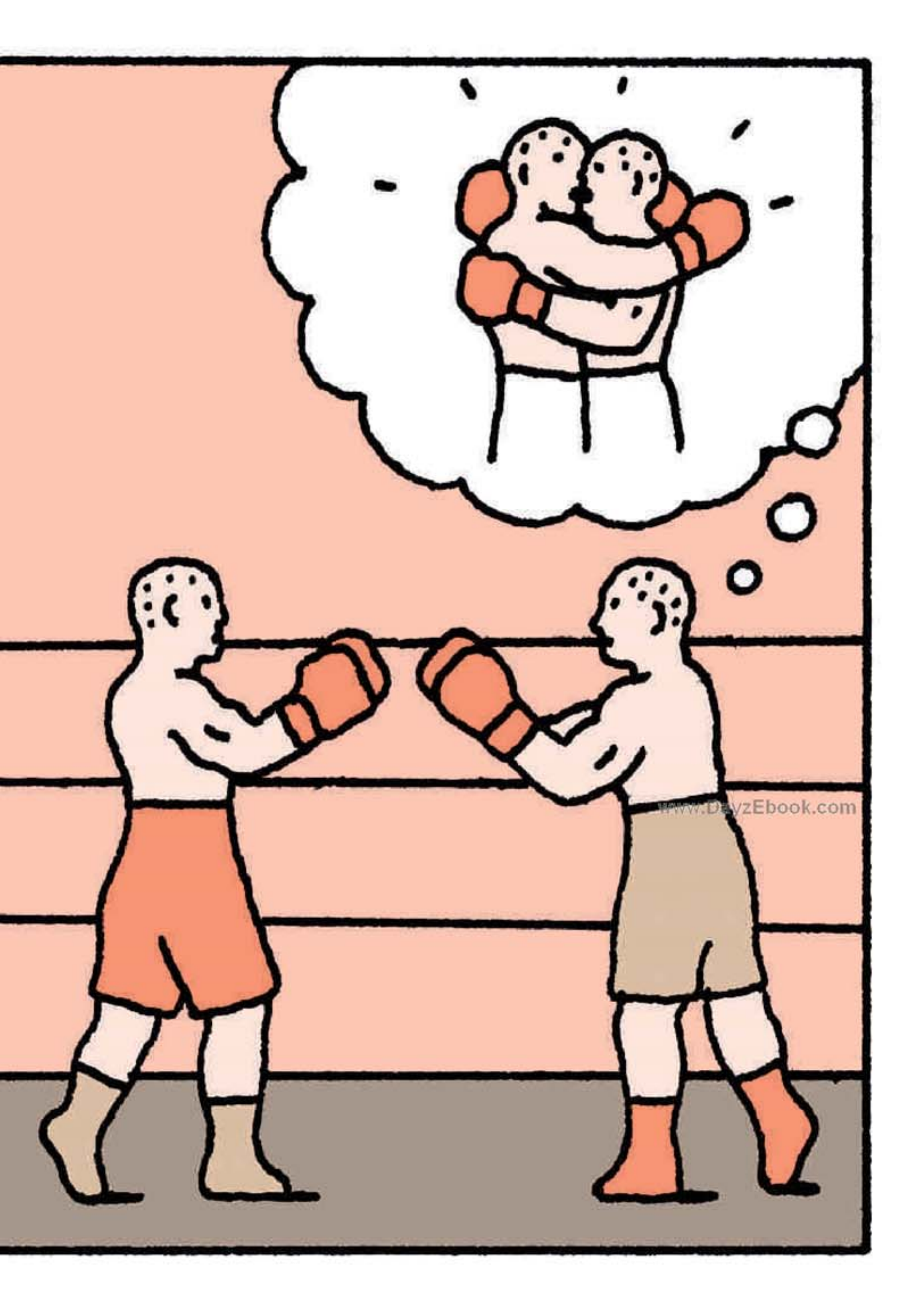
Gay : le coût du bonheur

Les gays ont fait avancer leurs droits et gagné en visibilité. Mais ont-ils trouvé la paix ? Pas sûr. Loin des grandes villes, ils subissent encore la violence de l'homophobie, et, adultes, ils souffrent toujours de la privation de leur adolescence…

PAR **MARIE-HÉLÈNE JACQUIER** — ILLUSTRATION **ALAIN PILON**

Brahim Naït-Balk est heureux. Comment ne pas l'être quand on ne connaît plus les viols, les tournantes et les tortures infligées par des « caïds » d'Aulnay-sous-Bois ? Comment ne pas l'être quand on n'a plus la terreur de laisser surgir la moindre attitude équivoque, d'être traité de « dalepé » (pédale), quand on a eu le courage de briser un tabou en racontant son calvaire dans un livre « Un homo dans la cité », et quand on constate que ce témoignage était tellement attendu qu'il en est à sa quatrième réédition ?

Alors oui, Brahim est heureux. Mais son bonheur reste fragile. À 47 ans, le souvenir de son adolescence violentée l'habite toujours et se fraye monstrueusement un chemin jusqu'à sa vie sentimentale. On voudrait croire que son voyage hallucinant dans les terres homophobes des cités est le récit d'un autre temps, une expérience unique. Mais non. « La cité » où, au nom d'une virilité fantasmée, il faut se fondre, des baskets à la casquette, dans le moule masculin dessiné par les caïds, est toujours l'enfer de l'homosexualité. Le pire n'y connaît pas de limite. Djilali, 19 ans, a été traqué, tabassé, menacé d'être « égorgé » par son père au nom de « la religion musulmane qui interdit de s'aimer entre hommes. » Porter plainte ? Il l'a fait. « Ca a été le carnage après. » Il a dû traverser toute la France pour échapper aux représailles. Pour sauver sa peau, un homo dans la cité



doit bâillonner les élans de son cœur : « la sexualité entre hommes est tolérée quand elle est un jet, bestial, sans sentiment », explique Brahim Naït-Balk.

La honte aux origines des sentiments adolescents

Pas question de parler d'amour. Pour être heureux, le garçon trop sensible doit fuir vers l'anonymat d'une grande ville. Il doit se fondre dans la foule pour y trouver ses alter ego, sans craindre le regard de sa communauté. « La première fois que je suis allé dans le Marais, c'était merveilleux, se souvient Djilali. Enfin, des garçons me ressemblaient avec lesquels je pouvais parler de ce que je ressentais, et que je pouvais regarder sans avoir peur, que je pouvais aimer. Enfin je pouvais vivre ! » Si l'homophobie paroxystique des cités est relativement circonscrite et proportionnelle à la violence sociale environnante, la solitude psychologique est un état partagé par nombre de jeunes homosexuels vivant dans les villages et les petites villes. À qui s'identifier, se comparer, se confronter ? « Je me sentais anormal, monstrueux. Dans le bourg, personne ne me ressemblait, » témoigne Antoine, 34 ans. Plus je grandissais, plus mes copains ne parlaient que de nanas et moi, je ne rêvais que de mecs. Je me suis mis à grossir pour étouffer l'homosexuel qui vivait en moi, à craindre la moindre réaction physique de mon corps à un geste d'amitié d'un copain, à baigner dans la honte. »

La honte : c'est l'antienne des récits de jeunesse homosexuelle, le lot de tous. « Elle naît tôt, vers 6 ans, analyse le psychanalyste Serge Hefez. Les garçons perçoivent leurs attirances et en même temps l'obligation de les dissimuler pour ne pas être rejetés. » Les projections dominicales de western par son père ont été le calvaire d'Olivier, 39 ans : « les autres garçons étaient surexcités, tiraient au revolver dans tous les sens, moi, je n'arrivais pas à m'empêcher de rêver d'être la fille dans les bras du cow-boy ! Raconté adulte, c'est comique, vécu à 12 ans, c'est effrayant. »

Des années passées dans la dissimulation

Voilà, pendant que les jeunes hétéros investissent les caractères de leur sexe, puis découvrent le sentiment amoureux, s'embrasent et s'embrassent, les homos se cachent, s'inventent une petite amie, sortent avec des filles pour >>>

>>> « faire comme », taisent des agressions – insultes et viols – plus courantes qu'on ne l'imagine, voire se montrent en terribles homophobes pour prouver qu'ils « en ont ! » Quelle que soit la stratégie adoptée, ils construisent leur psychisme dans une terrible souffrance : l'amputation de leur adolescence. « Il leur manque cette transition essentielle entre l'enfance et l'âge adulte où le psychisme se structure dans l'identification à son semblable, où l'on apprend la sexualité par la séduction, le flirt, la caresse, décrypte Serge Hefez. Ils n'ont droit à rien de tout ça sinon en cachette de leurs parents et de leurs pairs, avec l'idée que c'est honteux. Ce n'est pas un hasard si les tentatives de suicide sont 7 à 10 fois plus nombreuses chez les jeunes gays que chez les autres ados. »

« Montrer de la sensibilité me mettait à part »

Brahim Naït-Balk[1]

« Bien que je ne sois pas particulièrement efféminé, j'avais une façon de m'habiller – j'étais toujours soigné, même au foot–, de m'exprimer, de montrer une certaine sensibilité qui me mettait à part. Dans ce genre d'environnement, dès que vous n'êtes pas une brute virile, dès que vous donnez le sentiment de réfléchir un peu, vous devenez une proie pour les petits caïds. Et, surtout, ils ont immédiatement senti à quel point ils me faisaient peur. C'est ce qui m'a perdu : un petit groupe de quatre ou cinq garçons, beurs et blacks, ne m'a plus lâché. Ils m'ont fait comprendre, par des petits signaux imperceptibles pour n'importe qui sauf pour moi et pour eux, à quel point ils avaient prise sur moi. (...) Puis sont venus les gestes. La première fois que l'un d'entre eux m'a collé une tape violente sur les fesses alors que j'étais déshabillé, je suis passé outre. Et quand ils ont recommencé et recommencé encore, comme à mon habitude, je n'ai pas protesté. (...) Je retrouvais la peur. »

1. Extrait de Un Homo dans la cité *(Calmann-Lévy, 2009).*

L'importance des réactions parentales

À cette souffrance s'en ajoute une autre, soulignée par Isabelle Chollet, psychologue du Refuge, association d'aide aux jeunes homosexuels en détresse : celle de savoir qu'ils n'ont jamais existé – comme homosexuel – dans les projections parentales.

Bien que l'homosexualité soit aujourd'hui mieux acceptée qu'hier, le coming out d'un ado reste toujours un choc pour ses parents. « Parce que dans "homosexualité", il y a "sexualité", analyse Serge Hefez. Même les parents les plus ouverts projettent des images de leurs enfants dans des scènes crues. Et de leur côté, les ados n'ont pas envie de parler de leur sexualité à leurs parents ».

Il existe pourtant des coming out apaisés. « Après un flottement, mes parents m'ont serré dans leurs bras et mon père m'a remercié de l'avoir toujours rendu heureux, confie Nicolas, 23 ans. Quant à Alexis, 20 ans, il se souvient de sa mère qui lui a dit : « t'as rien de plus neuf à m'apprendre ? » « Et puis, raconte-t-il, elle a invité mon père et mes grands-parents pour un repas très spécial qui me nourrit encore. »

Bien sûr, les homosexuels peuvent se pacser, louer un appartement ensemble, réserver une chambre d'hôtel en dehors des réseaux « gayfriendly », et partager les événements familiaux. Ils sont aussi de moins en moins caricaturés au cinéma (il suffit de voir *Le Secret de Brokeback Mountain* de Ang Lee où, pour la première fois, des cow-boys, parangons de virilité, cèdent l'un à l'autre) et ils influencent les codes esthétiques des hétérosexuels... N'empêche : ils sont toujours fragilisés par la difficulté de leur construction identitaire. « Parfois, leur adolescence est un trou noir, constate Serge Hefez. Ils ont tellement intériorisé l'homophobie que, même sur le divan, il faut les obliger à revenir à leurs douleurs. Ils ne veulent plus en parler. Pourtant, les réminiscences ressurgissent à chaque fois que la question de l'affirmation de soi se pose. » Et elle se pose fréquemment, ne serait-ce que par le coming out permanent. « Dès que j'arrive dans un groupe, je mets tout de suite carte sur table pour me préserver de la découverte du pot aux roses », commente Alexandre souffre toujours des

Le coming out d'un ado reste toujours un choc pour ses parents, même si l'homosexualité est mieux acceptée.

mots de sa mère, universitaire, avant qu'elle le mette dehors en 1990 : « je suis comme Blanche de Castille. Je préférerais voir mon fils mort que vivant dans le péché. »

L'œil des autres ou le jugement permanent

Tom, a encore dans le cœur la réflexion « humoristique » de son oncle quand il lui a présenté son compagnon : « à qui je dis monsieur ? » Édouard n'a pas avalé pas la première réaction de sa mère quand il a abordé le sujet de l'adoption : « tu nous auras tout fait ! » Hervé, n'oubliera pas l'attitude de celui qui fut son meilleur ami : « j'aimais ses enfants comme les miens. Je les sortais beaucoup, les câlinais jusqu'à ce que je commence à sentir comme une suspicion. PD, pédophile, il semblait n'y avoir qu'un pas dans sa tête. » Des douleurs humaines aux abîmes infinis. « On est toujours défini par notre sexualité, c'est-à-dire annihilé en tant qu'individu, constate Alexandre. Et si l'on en devient malheureux, on conforte ce cliché qui veut que l'homo vieillisse mal ! »

Bref, pour vivre en paix leur différence, nombre d'homos veulent vivre dans l'indifférence. « Je suis un mec normal, affirme Emilio. Je n'aime pas un PD mais un homme. J'ai des problèmes de couple universels : la communication, la part féminine et masculine en chacun de nous, les fins de mois, le partage des tâches... » « Moi, je voudrais pouvoir aimer quelqu'un sous le ciel, le tenir par la main et l'embrasser dans un jardin », renchérit Djilali. Après le tsunami de son adolescence, il aspire au calme en accrochant ses rêves d'avenir à des identifications positives. Elles ne sont pas encore si nombreuses. Brahim Naït-Balk en fait partie.

ÊTRE UN HOMME SELON...



... Vincent Lindon

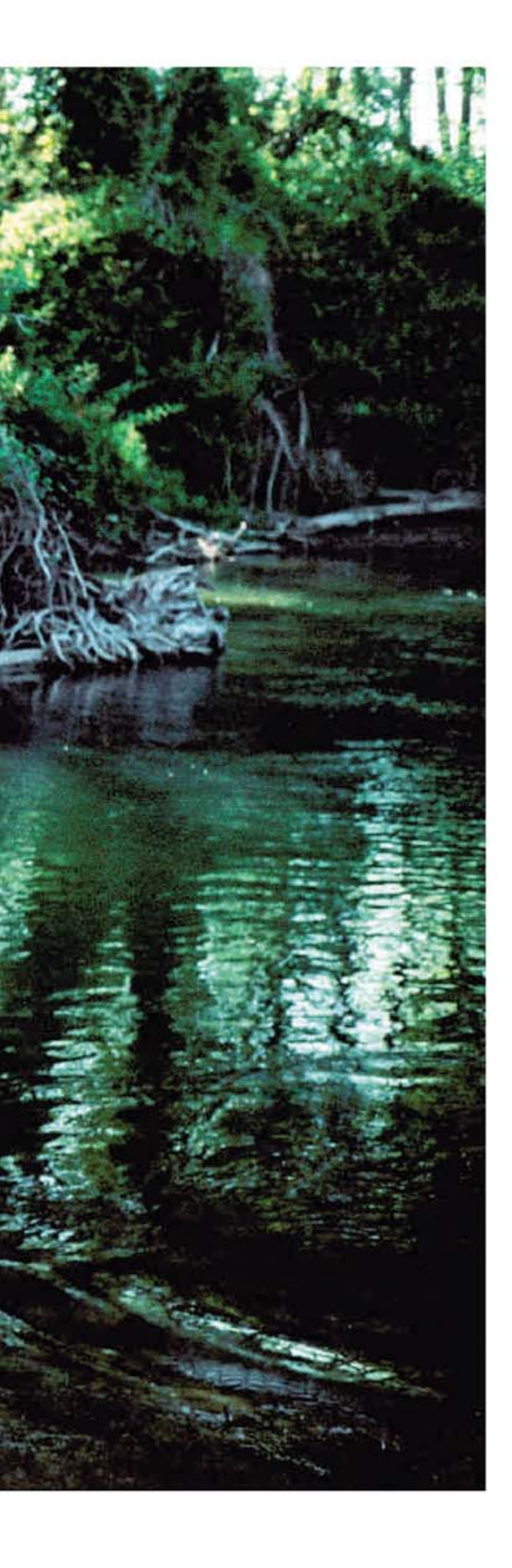
« Il sait demander pardon »

« J'ai été un enfant aimé, mais pas couvé. Il y a un film de vacances fait sur dix ans et on voit mon père deux minutes. Et ce n'est pas lui qui filme ! Il est au golf. Je ne lui en veux pas. Je suis un fan inconditionnel de mon père. Ce n'était pas la même époque. Aujourd'hui, il ne pourrait plus aller au golf toutes les vacances. Mes parents étaient divorcés et ma mère l'aurait appelé trois fois par jour : "Tu es où ? Ça fait trois fois que j'appelle, trois fois que tu es au golf. Et les enfants, tu n'es jamais avec eux ?" Bon, c'est vrai qu'il y avait quand même des papas qui étaient plus présents que le mien...
Être un homme, c'est être quelqu'un qui protège une femme. J'aime dire : "Laisse-moi faire, je m'en occupe. Ne bouge pas, j'y vais." C'est accepter ses responsabilités. **Ça veut dire aussi assumer ses conneries.** Un homme sait dire pardon. Ce n'est pas un truc d'enfant. Les enfants, il faut leur demander douze fois : "Dis pardon !", et ils marmonnent un truc genre "Pardon..." Être un homme, c'est savoir dire à l'autre : "Je viens de réfléchir, je me suis conduit comme un gros con. Je suis désolé. Tu as raison, j'ai tort. Je te demande pardon."
Je ne me souviens pas du tout du divorce de mes parents. J'avais 5 ou 6 ans. Je n'ai pas dû le vivre bien, évidemment. Ma mère disait de moi une phrase qui m'a toujours fait rire : « Il est malheureux dans le bon sens. » Ça ne veut rien dire, mais quand même un peu. Est-ce que le divorce de mes parents a été violent ? Sûrement, mais dans le bon sens. Je l'ai vécu violemment dans le bon sens. »

Extrait de Psychologies Magazine, *juin 2005.*



Homme-training



Stéphane, Renaud, Gilles sont des « Nouveaux guerriers », des hommes qui, le temps d'un week-end, ont suivi des rites d'initiation pour explorer les territoires de leur masculinité. **Regards croisés** sur ces conquérants de l'intime.

PAR **CHRISTIAN KRUMB**

Lorsque Renaud s'est inscrit, il ne savait rien de ce qui l'attendait. Et pour cause : la fraternité des Nouveaux guerriers, émanation européenne du Mankind Project[1] se révèle douée pour le secret. Elle coopte ses membres et ses rituels initiatiques sont calqués sur ceux qui permettaient aux garçons de passer à l'âge d'homme dans certaines tribus amérindiennes. Ces stages respectent la structure traditionnelle en trois phases : séparation, transmission et intégration. Dans les tribus primitives, l'initiation correspondait à la nécessité de former des guerriers capables d'assurer la survie du clan.

Elle répond aujourd'hui à d'autres enjeux, dont la création de liens de fraternité entre les hommes dans un monde individualiste et standardisé.

« Quelques jours avant le Jour J, se souvient Renaud, 36 ans, comptable originaire d'Annecy, j'avais reçu une feuille de route avec des instructions concernant le matériel à apporter, les repas à prévoir, les vêtements… Rien de plus. » Après des heures de route à travers la forêt et la montagne, il arrive « au milieu de nulle part, dans un lieu absolument inconnu de mon GPS. Je me suis senti comme déboussolé et je me suis demandé si je n'étais pas en train de faire une connerie. Je ne le savais pas encore, mais l'aventure avait déjà commencé. »

ACTE I
Perdre ses repères

Comme tout rite initiatique traditionnel, le processus commence par une phase dite de « séparation ». Avant de pénétrer dans l'espace de l'initiation proprement dit, les participants traversent une sorte de sas où il leur est demandé de se délester de tout ce qui les rattache à leur univers habituel (papiers, bijoux, montre, argent, téléphone portable) pour ne garder que le strict nécessaire. Accepter de perdre ses repères et de se plier au cadre imposé par le processus constitue pour certains le premier défi. « Lâcher mes cigarettes, ok. Mes papiers d'identité, ma carte bleue, passe encore. Mais mon téléphone, alors là, c'était trop, poursuit Renaud. J'ai essayé de négocier, comme je le fais toujours quand je suis confronté à la loi, histoire de me donner l'illusion que je reste maître de la situation. Rien à faire. Je suis entré dans une fureur terrible. J'étais prêt à >>>

>>> tout casser ! » Tant de colère pour un portable ? « Pour certains hommes, se retrouver face à des limites imposées par d'autres mâles bien décidés à les faire respecter est une épreuve en soi. C'est notamment pour se pacifier qu'ils viennent ici… », répond Olivier, habitué des stages des Nouveaux guerriers. Sans plus aucun repère de temps ni d'espace, la deuxième phase de l'initiation peut commencer, appelée la « quête du héros ». « C'était comme embarquer pour un grand voyage dont je ne connaissais pas la destination », raconte Pascal, 49 ans, musicien.

ACTE II
La quête du héros

Les exercices s'enchaînent à un rythme soutenu, tantôt en intérieur tantôt en extérieur, de l'aube jusque tard dans la nuit, avec, à chaque fois, un nouveau défi à relever. « Tout processus de transformation nous demande de nous dépasser, dit Christophe, 50 ans, luthier, porte-parole du centre francophone du Mankind Project. » Mais rien n'est imposé et surtout aucune violence n'est exercée, tant sur le plan psychique que physique. « Il ne s'agit en rien d'un entraînement paramilitaire comme on pouvait en voir chez les *marines* américains, par exemple, où l'on exhortait les soldats à tuer l'enfant et la femme en eux. Ici, on demande aux hommes de respecter leurs limites », continue Christophe. À mesure que le processus avance, les vernis craquent, les masques tombent. « Le plus beau moment, c'est quand j'ai pu enfin lâcher le contrôle, raconte Stéphane, Parisien, 38 ans, coach. C'était dans un exercice où il s'agissait d'entrer en contact avec son "homme sauvage" intérieur. Au début, je souriais en douce de voir les autres pousser des cris. Et puis peu à peu, je me suis laissé prendre au jeu. Pour la première fois de ma vie, je suis vraiment "descendu" dans mon corps, dans mon bassin, dans mes couilles. J'ai senti toute l'énergie

Le vrai guerrier que l'on honore dans ces stages est celui qui sait affronter ses peurs.

brute, primaire, animale qui était en moi et que je retenais en serrant les dents. De pouvoir exprimer ma puissance refoulée sans peur du ridicule a été très libérateur pour moi. Depuis, mes rapports avec les femmes n'ont plus jamais été les mêmes. »

ACTE III
Se défier soi-même

S'il s'effectue en groupe, le voyage est avant tout personnel et intérieur, à la rencontre de sa part d'ombre et de lumière. Le challenge est parfois physique mais il est surtout d'ordre émotionnel. « Je m'attendais à ce qu'on me demande de patauger dans la boue, de traverser des précipices. Rien de tout cela ne m'effrayait, se souvient Renaud, grand, costaud et adepte des sports de haute montagne. Mais quand il a fallu que je soutienne en silence le regard d'un homme assis en face de moi, alors là, j'ai perdu tous mes moyens. Je me sentais comme mis à nu : insupportable. »
Si le processus ne saurait être assimilé à une psychothérapie, c'est un espace de guérison possible. Le vrai guerrier valeureux qu'on honore ici est celui qui sait affronter sa peur. Pendant les premières heures, Gilles se souvient que la sienne était si forte qu'il en était physiquement malade, au point de penser abandonner. « Mais pour une fois, j'ai tenu bon, raconte-t-il, et à un moment donné, lors d'une prise de parole, alors que les regards étaient braqués sur moi, quelque chose a basculé. Moi qui ne montre jamais mes émotions, j'ai

Le souffle du désert

Prenez treize hommes, en colère, insatisfaits de leur vie et faites les marcher pendant près de quinze jours en plein désert du grand erg oriental, en Tunisie, et qu'obtenez-vous ? Sous la guidance du psychothérapeute suisse Alexis Burger, une mise à nu. Métaphorique et littérale. Après avoir exploré ce qui constitue leur « identité masculine » (rôle du père, relations aux femmes, sexualité, pouvoir…), chaque participant tombe le caleçon devant le reste du groupe. C'est à la fois émouvant, joyeux et, pour certains, salutaire. Un film relate cette décapante expérience: *Le Souffle du désert*, réalisé par François Kohler. Disponible en DVD et présenté au cinéma Les 3 Luxembourg, le 10 juin à 20 h. info@lesouffledudesert.com Dans une démarche similaire, le réseau hommes fondé par le psychanalyste Guy Corneau réunit des groupes de réflexion. www.reseauhommes.com

fondu en larmes. Mon mal de ventre a disparu aussitôt. D'avoir pu dévoiler mes blessures à d'autres hommes m'a procuré un immense soulagement. » Le processus d'initiation ne s'arrête pas le dimanche soir, quand chacun reprend sa vie de tous les jours. Il entre en fait dans sa phase ultime : l'« intégration ». Si certains décident d'en rester là, estimant qu'ils ont eu leur compte, d'autres décident de prolonger l'expérience par un travail sur eux-mêmes. Car il n'y a pas de miracle, tout processus de transformation exige un engagement à long terme.

ACTE IV
Assumer ses choix

« La tentation après un week-end comme cela est de vouloir tout chambouler, explique Christophe. On conseille aux hommes d'attendre quelques semaines avant de prendre des décisions radicales. » Julien se souvient que, dans les jours qui ont suivi son retour, tout s'est débloqué. « La vie n'était pas plus facile, mais j'étais enfin capable d'assumer mes choix. Trois mois après le stage, j'avais déménagé, je m'étais installé au bord de la mer (mon rêve), j'avais créé mon activité indépendante. Et, surtout, la relation avec ma femme s'était apaisée. Je suis devenu le papa comblé d'un deuxième enfant. » Gilles, lui a retrouvé une sérénité qu'il craignait avoir perdue à jamais : « J'ai pu commencer un travail de pardon envers ceux qui m'avaient fait du mal dans le passé, en particulier envers l'homme qui m'a transmis le sida. » Pour lui, comme pour ceux qu'elle a bouleversés, l'aventure des Nouveaux guerriers est désormais celle de toute une vie.

1. Mankind Project-Europe organise en France « L'Aventure initiatique des nouveaux guerriers », séminaire de développement personnel destiné aux hommes. http://france.mkp.org/



... Nicolas Hulot

« J'ai renoncé à devenir adulte »

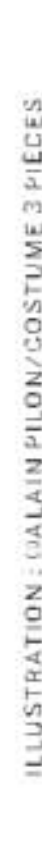
« Curieusement, je ne me sens toujours pas adulte. À l'intérieur de moi, j'ai l'impression de ne pas avoir évolué. J'ai toujours une spontanéité à rigoler de tout et de rien, je lis des BD tous les soirs, j'adore faire des blagues, je me sens léger, même sur des sujets graves. J'ai tenté un jour de devenir adulte et j'y ai définitivement renoncé. Je n'arrive pas à épouser les codes de l'adulte, tant ceux d'ordre vestimentaire que le sérieux que l'on a de soi-même. J'essaye de conserver ce qui m'a plu dans l'adolescence. Je n'ai pas l'impression d'avoir mon âge, et pourtant, quand je déroule ma vie, j'ai la sensation qu'elle a commencé hier, mais que j'en ai déjà vécu mille. **Tous les jours, je me dis que c'est dingue** ce que je suis en train de vivre. C'est passionnant, excitant et inquiétant. Il y a des choses que j'ai très clairement héritées de mon père : le goût du voyage, la curiosité des autres... Il a été chercheur d'or. Ce n'est pas une légende ! Mais ça n'a duré que quelques années durant l'après-guerre, lorsque toute une génération cherchait à s'enivrer. Mon père m'a aussi appris la tolérance. J'ai beaucoup entendu dire qu'il était à l'aise dans tous les milieux. Je ne l'ai pas assez connu, mais des personnes dont il était proche m'ont parlé de lui. Il est mort quand j'avais 14 ans. Dans des conditions très difficiles, malade, à l'hôpital, dans un abandon presque total. J'allais le voir, seul. Ce sont des choses que l'on ne comprend pas lorsqu'on est très jeune. Mais voilà, je n'avais pas le choix. J'appartenais à une génération de silence, de non-dit.

Extrait de Psychologies Magazine, *janvier 2007.*

TEST. La mythologie grecque est comme une mémoire symbolique de notre inconscient collectif occidental. Comprendre de quel dieu grec notre personnalité se rapproche, c'est saisir les pouvoirs mystérieux que l'on souhaiterait posséder mais c'est aussi savoir quel « homme idéal » on aimerait devenir dans son **quotidien.**

PAR **ALAIN HÉRIL, PSYCHOTHÉRAPEUTE**
ILLUSTRATIONS **ALAIN PILON**

Quel dieu êtes-vous ?



Face à une situation imprévue :
■ Vous faites en sorte de reprendre le contrôle.
● Vous improvisez.
◆ Vous continuez à avancer vaille que vaille.
▲ Vous vous dites que cela n'arrive pas par hasard.

Vous tombez malade alors que vous avez une réunion de la plus haute importance :

▲ Vous lisez votre horoscope avant de prendre une décision.
◆ Vous prenez un grand nombre de vitamines pour tenir le coup.
■ « Malade ? Moi jamais ! »
● Vous décidez de participer à la réunion par visio conférence.

Vous apprenez que votre partenaire vous trompe :
◆ Vous décidez de casser la figure de votre rival.
● Vous partez en boîte pour draguer.
▲ Vous ne comprenez pas que l'on puisse préférer quelqu'un d'autre à vous.
■ Vous ne faites rien. L'avenir vous donnera raison.

Une relation sexuelle réussie, c'est :
▲ Lorsqu'elle est belle et raffinée.
● Lorsqu'elle est surprenante et ludique.
◆ Lorsqu'elle est intense et forte.
■ Lorsqu'elle est longue et expressive.

Quel plat correspond le plus à vos goûts :
◆ Le cassoulet.
■ Les fruits de mer.
● N'importe quel plat exotique.
▲ Les filets de sole.

Réussir sa vie, c'est :
● Une aventure permanente.
■ Pouvoir affirmer ses ambitions.
◆ Un enrichissement par les épreuves réussies.
▲ La rencontre permanente avec la beauté du monde.

La femme est :
● L'avenir de l'homme.
■ Une alliée.
◆ Un être à protéger.
▲ Une merveilleuse complémentarité.

Éduquer un enfant, c'est :
▲ Lui apprendre le sens des valeurs.
◆ L'amener à faire de multiples expériences.
■ Le tirer constamment vers le haut.
● Le rendre l'autonome.

Si vous étiez un animal, vous serriez :
● Un renard.
◆ Un taureau.
■ Un aigle.
▲ Un paon.

Votre soirée d'anniversaire idéale, c'est :
● Un dîner en tête à tête avec une personne aimée.
◆ Une méga fête avec tous vos amis.
■ Peu importe. Tant que l'on vous célèbre tout va bien !
▲ Un voyage surprise à Florence.

Quelle est la phrase que vous aimez le plus ?
▲ « Là tout n'est qu'ordre et beauté »
■ « A cœur vaillant rien d'impossible ! »
◆ « Armé d'amour jusqu'aux dents. »
● « Les voyages forment la jeunesse. »

Vous êtes seul chez vous et vous avez deux heures à perdre :
▲ Vous prenez un bon bain avec mille senteurs épicées.
◆ Vous faites de la musculation. pour parfaire votre silhouette.
● Vous lisez un bon livre d'aventures pour vibrer aux exploits d'un autre.
■ Vous regardez des photos de vos conquêtes.

Lorsque vous êtes au volant de votre voiture :
▲ Vous prenez le temps d'apprécier le paysage.
◆ Vous ne supportez pas que l'on vous barre le chemin.
■ Vous avez envie de changer le code de la route.
● Vous aimez rouler longtemps et aller très loin.

Quand vous êtes amoureux :
▲ Vous écrivez des poèmes.
◆ Vous aimez que l'autre soit à vos côtés continuellement.
■ Vous attendez que l'autre vous prouve son amour.
● Vous aimez être seul pour penser à l'autre.

Un homme qui fait le ménage, la vaisselle et le repassage, c'est :
◆ Un idiot.
■ Une bête de travail.
▲ Un esthète du quotidien.
● Un esclave.

Pour chaque question, entourez votre réponse et faites votre total de **◆, ■, ▲ et ●.** **Prenez en compte** le profil qui arrive en deuxième position. C'est la complémentarité entre les deux qui déterminera de façon juste les orientations de votre caractère.

>>>



VOTRE PROFIL

VOUS AVEZ UN MAXIMUM DE ●

VOUS ÊTES **ULYSSE**

Vous êtes rusé et calculateur. Mais c'est une manière de vous défendre des difficultés quotidiennes. Vous arrivez à prendre du recul vis-à-vis des événements et à toujours trouver une solution satisfaisante pour vous. Vous êtes tiraillé entre votre besoin d'aventure et votre souci de tranquillité. Votre dimension calculatrice vous permet d'anticiper les épreuves et vous sort des situations les plus périlleuses. Vous êtes une référence solide pour les autres.

Quelle relation à l'autre envisagez-vous ? Vous recherchez le grand amour. Comme Ulysse, qui retrouve Pénélope, vous pensez qu'il y a un être avec lequel votre vie ne sera que calme et volupté. Cet être vous le recherchez et vous ne vous laissez pas perturber par « le chant des sirènes ». Mais la route peut être longue et, parfois, croyant trouver l'âme sœur vous devenez trop exigeant envers l'autre. C'est pour cela que la rupture est, pour vous, insupportable à vivre. Vous êtes prêt à aimer ! Et lorsque l'amour est au rendez-vous vous devenez le plus agréable et le plus passionné des hommes.

Vous et les loisirs. Théâtre, musique, cinéma… tout est bon pour votre curiosité et votre enthousiasme. Mais vous avez besoin de prévoir à l'avance et vous ne supportez pas les contingences matérielles qui peuvent vous détourner de votre soif de découverte (problèmes de parking, embouteillage, annulation de dernière minute). Vous aimez construire et le bricolage reste une de vos activités préférées.

Vos qualités. Prévoyant, attentif, imaginatif, joueur, leader.

Vos défauts. Exigeant, impatient, solitaire, péremptoire.

VOUS AVEZ UN MAXIMUM DE ▲

VOUS ÊTES **APOLLON**

Vous aimeriez être beau, beau comme un dieu ! Vous avez une idée de la perfection qui est presque une obsession. Vous êtes narcissique. Tout ce qui touche à l'expression de la santé, de l'accomplissement vous plaît. Les vainqueurs vous fascinent. De ce fait vous appliquez ces recettes à vous-mêmes et vous ne vous faites pas de cadeaux. Il vous faut être toujours propre, élégant, admiré. Vous faites attention à votre corps dans tous ses détails.

Quelle relation à l'autre envisagez-vous ? Vous êtes aussi très exigeant et votre idéal de relation se situe du côté de l'engagement, de la fidélité absolue. Légèrement machiste vous aimez à penser à la place de l'autre, à savoir d'emblée ce qui est bon pour lui. Votre partenaire doit embrasser les mêmes idéaux de beauté que vous et vous souhaitez que l'on se retourne sur votre couple en pensant : *« Mon dieu, qu'ils sont beaux ! »*.

Vous et les loisirs. La musique est votre passion. L'écouter vous entraîne dans des sentiments profonds et beaux. Quel que soit le style de musique que vous écoutez vous y recherchez l'équilibre, la grâce et le raffinement. Néanmoins ce qui concerne l'harmonie et l'ordre vous fascine et le jardinage vous plaît car il vous permet d'être dans un rapport profond et enrichissant avec la nature.

Vos qualités. Gracieux, nonchalant, élégance, délicat, séducteur.

Vos défauts. Rigide, violence sourde, jaloux, mélancolique.

ILLUSTRATION : ©ALAIN PILON/COSTUME 3 PIÈCES



VOUS AVEZ UN MAXIMUM DE ◆

VOUS ÊTES **HERCULE**

Vous dégagez une puissance indéniable. Vous êtes beau comme Apollon et, de surcroît, vous êtes une représentation évidente de la force et de la solidité. Vous êtes opiniâtre et les épreuves ne vous font par peur, tant vous avez confiance en vos capacités. Parfois un peu borné, vous avancez par votre volonté et les autres ont du mal à vous suivre. On vous craint et on vous adule. Mais ce que vous voulez c'est surtout être aimé et vos efforts pour cela ne sont pas toujours couronnés de succès.

Quelle relation à l'autre envisagez-vous ? Vous aimez protéger l'autre, lui offrir un nid douillet où il peut se reposer en paix. Vous êtes attentif et paternant. Vous recherchez, inconsciemment, des personnes en difficulté psychique afin de les soigner et de les aider à dépasser leurs difficultés. Un sourire, une joie immense, un remerciement sont pour vous des cadeaux sans équivalent. Votre sexualité est faite d'attention au plaisir de l'autre. Parfois, même au détriment du vôtre ce qui vous amène à avoir un univers fantasmatique puissant que vous n'arrivez pas toujours à satisfaire.

Vous et les loisirs. Vous aimez le sport, le muscle et tout ce qui est de l'expression de l'effort. Vous aimez les ambiances des stades et regarder le sport à la télévision n'est pas votre tasse de thé. Ou alors avec de nombreux amis afin de vibrer ensemble.

Vos qualités. Attentionné, prévenant, solidaire, courageux, fidèle, généreux.

Vos défauts. Obstiné, boudeur, peu diplomate, sûr de soi, coléreux, jaloux.

VOUS AVEZ UN MAXIMUM DE ■

VOUS ÊTES **ZEUS**

Vous avez une haute opinion de vous-même. Personnalité positive, vous ne comprenez pas que les autres ne soient pas comme vous. Vous demandez à votre entourage d'être sans cesse au meilleur de lui-même. Vous estimez que la vie est faite pour apprendre à grandir et à développer ses potentialités. Vous avez l'étoffe d'un chef de projet et votre capacité à créer est reconnue par tous.

Quelle relation à l'autre envisagez-vous ? Pour vous, aimer c'est réussir la « love team » ! Tout doit aller dans le sens du développement de la réussite sinon vous laissez vite tomber pour passer à autre chose. Vous n'êtes fidèle que si vous y trouvez un intérêt sinon vous papillonnez facilement afin de confirmer dans les bras des autres votre puissance et votre capacité à séduire. Don Juan est l'un de vos modèles mais vous êtes prêt à accepter le couple qui dure si vous trouvez à côté de vous quelqu'un d'aussi volontaire et déterminé que vous.

Vous et les loisirs. Pour vous loisirs et sorties riment avec nécessité. Vous n'aimez pas perdre votre temps et si une pièce de théâtre ou un film vous déplaît vous sortez de la salle. La lecture vous convient mieux. Et vous allez plutôt vers les biographies de personnages illustres. Vous en tirez des enseignements sur la façon de gérer et guider sa vie.

Vos qualités. Entreprenant, pugnace, énergique, travailleur, puissant, solide.

Vos défauts. Hautain, peu attentif, méfiant, exigeant, moqueur.



asics.com
STRESS
TENSION
FRUSTRATION
anima sana in corpore sano*
www.DayzEbook.com
la course purifie le corps et l'esprit
asics
sound mind, sound body*

Puis-je me définir par ce que les femmes disent de moi ? [p. 34] Le lit est-il encore l'endroit où ma virilité peut s'imposer ? [p. 40] Dois-je vivre tous mes fantasmes ? [p. 44] Les amours tarifés peuvent ils me rassurer sur ma puissance sexuelle ? [p. 48] D'ailleurs, celle-ci est-elle encore une valeur de la masculinité ? Les nouveaux héros de nos petits écrans n'en font pas état [p. 52]. Pas plus que la population croissante des célibataires, pour qui la vie amoureuse n'est plus une priorité [p. 54].



PHOTOS **ALDO SPERBER**

Ce qu'en disent les femmes

On les dit dépassés, paumés, angoissés et incapables de « bien » aimer. « On », ce sont les femmes. Ont-elles tort ou raison ? Les hommes aiment-ils mal, ou **autrement** ? Notre journaliste a mené l'enquête personnellement…

PAR **VIOLAINE GELLY**

« Comment aiment les hommes ? » Au moment de me lancer dans cette enquête, je me demande dans quelle direction chercher un début de réponse. Comme d'habitude, je me dis que je vais commencer, sous mon toit, par interroger le seul homme que je côtoie de très près. Raté : « C'est bien une question de fille », répond-il, lapidaire. Bien sûr, il suffirait que j'interroge mes amies pour que tombent anecdotes et adjectifs : ils ne pensent qu'au sexe, ils aiment comme des menteurs, des pas fiables… Tous ces qualificatifs font sourire la sociologue Christine Castelain-Meunier, qui a interrogé de nombreux hommes pour son livre *Les Métamorphoses du masculin* : « Le discours de surface chez les femmes est : ils sont lâches, veules, nuls. Mais dès que l'on creuse, le discours redevient : ils sont forts, on a envie de se reposer sur eux… À l'inverse, quand on interroge les hommes, ceux-ci affichent, en surface, un discours très respectueux des femmes : elles sont douces, tendres, responsables, affectueuses. Mais en profondeur, >>>





>>> les jugements très sévères reviennent au galop : ce sont toutes des "salopes", elles ne savent pas ce qu'elles veulent… Le malentendu est profond ! » Le malentendu ? Je repense à ce sondage[1] : le sexe ne serait que la deuxième source de plaisir des hommes, derrière les nouvelles technologies. Ils sont 39 % à avouer préférer caresser une console de jeu, contre seulement 36 % une femme. Sommes-nous tombés si bas ? Ma question fait rire Bernard-Élie Torgemen[2]. « Arrêtons les caricatures, me dit ce spécialiste de groupes d'hommes : il y a autant d'hommes que de femmes qui ne savent pas aimer. L'amour est une folie qui, comme toute folie, n'est pas sexuée. L'amour n'est pas structurant. Ce qui est structurant, c'est ce qui vient après : s'accommoder de cette folie, la vivre au quotidien et la gérer à deux, si la rencontre aboutit au couple. » D'accord avec la psychanalyse pour admettre que la pulsion est identique pour les deux sexes. Mais quand il s'agit de s'engager au quotidien, la différence revient au grand galop. Comment les hommes s'accommodent-ils, dans la construction de cette minitour de Babel qu'est le couple ? Hélène Vecchiali, psychanalyste et auteure d'*Ainsi soient-ils*, s'amuse de ma question. « Comment aiment les hommes ? J'ai envie de répondre : simplement. C'est leur force, cette capacité à être clairs. Comme dans la chanson[3], ils sont gais s'ils savent qu'ils auront de l'amour et du vin. Les femmes, elles, se posent beaucoup de questions : cet homme-là est-il le bon ? Le vin est-il frais ? C'est du bourgogne ? Dommage, je préfère le bordeaux… Leur problématique est de deux sortes : elles veulent toujours plus et elles ne savent pas cloisonner. Les hommes, eux, savent mettre de côté les doutes : quand ça va, ça va ! »

Les hommes ne savent pas ce qu'ils veulent

Cette réflexion me renvoie à ce que disait récemment mon ami Marc, 42 ans, divorcé et heureux remarié : « Ce qui est fatigant chez les femmes, c'est leur obsession de la preuve d'amour. Demande-t-on sans cesse des preuves d'amitié à ses amis ? Je comprends leur besoin parce que, nous, les hommes, ne savons pas dire nos sentiments. Mais nous nous retrouvons devant une constante évaluation de notre amour, avec le sentiment que les femmes ne sont jamais satisfaites. » Quand je lui raconte cette anecdote, Hélène Vecchiali s'emporte : « Ce qui est spectaculaire, c'est que les hommes ne savent pas ce qu'ils veulent. Comme s'ils ne voulaient rien. On leur demande leur vrai désir ? Ils pensent que "répondre aux attentes des femmes" est la bonne réponse. Il y a quelque chose d'enfantin là-dedans : "Qu'est-ce que maman me demande ?" »
Tiens, maman justement… Peut-on reprocher aux mères le fait que les hommes aiment mal leurs femmes ?
« Depuis trente ans, on tend à faire croire aux enfants, notamment aux petits garçons, qu'ils peuvent tout avoir, explique Bernard-Élie Torgemen. Devenus adultes, ils ne savent pas renoncer et restent dans le leurre de leur toute-puissance. Or l'amour, ce n'est pas la liberté, c'est un enchaînement volontaire. Si l'on refuse de lâcher le fantasme de liberté absolue, on ne peut pas entrer dans la relation. Par ailleurs, l'amour, c'est le don. Or on ne peut pas avoir besoin ou envie de donner quand on reçoit tout. » Depuis la révolution féministe des années 1970, les femmes ont imposé de nouveaux codes amoureux. Pas facile de s'adapter, en une génération, à de nouvelles femmes qui

« Ces mots m'échappèrent »

par **Bruno Le Sassier**

- Je t'aime, lui dis-je alors.
Pour la première fois de ma vie, ces mots, tellement usés qu'il était difficile de savoir ce qu'ils renfermaient, ces mots, que je m'étais toujours refusé à employer afin de me sentir libre, ces mots m'échappèrent, symboliques, bien qu'anonymes. À ce moment précis, je devais les penser profondément. Elle me regarda de ses grands yeux verts, émue, prise au dépourvu. (…) Elle ne dit rien et me serra juste dans ses bras, la tête contre mon épaule, la gorge nouée. Je sentais que dans son for intérieur elle retenait avec difficulté l'envie de formuler les mêmes mots, soucieuse de contrôler une situation qui lui échappait. Derrière cette formule laconique, ces mots limités, cette simplicité apparente, nous taisions des réalités contradictoires.

1. *Extrait de* Une Histoire d'homme *(JC Lattès, 2010).*

PHOTOS (PAGE PRÉCÉDENTE ET CI-DESSUS) : WALDO SPERBER



Bonne nouvelle, les hommes ne sont pas des femmes comme les autres…

les veulent tendres et émus, mais forts et solides. Pour Christine Castelain-Meunier, « les hommes ont compris que les choses avaient changé, mais ils n'en ont pas profité pour imprimer leur propre marque sur cette évolution. Ils sont restés dans le fantasme de la construction d'une masculinité idéale, garantie par des institutions, des cadres, des rôles prédéfinis. Mais ça ne marche plus ». Leurs compagnes ont imposé leur langage, l'« amoureusement correct » : bien aimer, c'est aimer comme une femme. Sauf que, bonne nouvelle, les hommes ne sont pas des femmes comme les autres… Du coup Les femmes cherchent des hommes parfaits et les hommes se sentent imparfaits… Le malentendu persiste.

Je retourne poser quelques questions à Bernard-Élie Torgemen. Dans les groupes d'hommes qu'il anime, les intervenants expriment-ils leur désarroi devant cette perte de repères ? « Ce n'est pas du désarroi, répond-il, c'est de la peur. Aujourd'hui, les hommes n'osent plus approcher les femmes parce qu'ils ont peur d'être repoussés, et que leur désir n'est pas assez fort pour affronter ce rejet. Le sublime, dans le masculin, c'est d'être chasseur. Dans l'amour, nous sommes des mammifères ; en tant qu'animaux, nous sommes des chasseurs. La génération d'aujourd'hui est une génération de cueilleurs. Si tout est prêt à être cueilli, si les signaux sont au vert, ils sauront aller vers l'autre. Mais s'il faut combattre, ils ne sauront pas. »

Je m'entête : mais pourquoi les femmes entretiennent-elles inconsciemment cette peur, de laquelle personne n'a rien à gagner ? « Parce qu'elles ne sont pas sûres de leur propre désir. Elles veulent être rassurées mais aussi chassées, voire chasseuses… »

Pendant des siècles, les hommes ont traité les femmes comme des objets. D'accord. Mais au moins n'ont-ils jamais tenté de les transformer. Les femmes, elles, ont voulu changer les hommes, au risque de se priver de quelque chose de magique : la complémentarité. Si elles les laissaient libres, ils pourraient cesser de vivre en réaction et se confronter à eux-mêmes. C'est pour ça qu'à la question « Comment aiment les hommes ? », la réponse ne saurait jamais être : « Comme des femmes. » Ils aiment avec passion, peur, tendresse, maladresse, profondeur, intensité. Mais à leur façon. Retour à la maison.

La tête un peu embrouillée par cette enquête, j'en teste immédiatement mes conclusions sur mon exemplaire personnel. Dont les yeux s'allument : « Je suis sûr que, dans les années qui viennent, nous, les hommes, allons apprendre à devenir chasseurs et cueilleurs, alternativement, en fonction du moment et de la femme qui est en face de nous. Du coup, nous retrouverons notre légèreté, et l'amour pourra redevenir ce qu'il n'aurait jamais dû cesser d'être : un sentiment joyeux. » Quand on vous dit qu'ils ont l'amour heureux…

1. Enquête Ipsos-Menstyle.fr réalisée en 2008 auprès de 315 hommes CSP+ de 25 à 49 ans.
2. Dernier ouvrage paru : Histoires vraies et extraordinaires de l'inconscient *(Fayard, 2008).*
3. Une Femme avec toi *de Nicole Croisille.*

>>>

UMBERTO GALIMBERTI

« Ils aiment de façon tota

Umberto Galimberti est formel : les hommes ont du mal à aimer parce qu'ils sont dans le « tout ou rien ». Seuls ceux qui ont accepté leur part de féminité peuvent s'engager dans **une relation vraie.**

PROPOS RECUEILLIS PAR **GIULIA FOIS**



Écrivain italien, psychanalyste et professeur de philosophie de l'histoire enseignant à l'université de Venise, Umberto Galimberti est l'auteur de nombreux essais traduits dans le monde entier dont *Qu'est-ce que l'amour ?*, Payot 2008.

Psychologies : Vous affirmez que les hommes et les femmes aiment différemment. Pourquoi ?

Umberto Galimberti : L'amour est relation. Il se construit sur le « toi et moi ». Par nature et par essence, les femmes se dédoublent : leur corps est fait pour deux, puisqu'il peut porter un enfant. Biologiquement et psychiquement, elles se vivent, se pensent et se construisent sur un mode « duo », et cette dualité trouve naturellement son expression dans le couple. À l'inverse, l'homme se vit en « mono » : il est structurellement narcissique, tourné vers lui-même. Certes, en grandissant, il noue des relations. Mais elles sont additionnelles, comme extérieures à lui. La capacité à aimer est donc une aptitude intrinsèquement féminine. L'amour est un événement féminin.

Les hommes peuvent-ils tout de même apprendre à aimer ?

U.G. : Oui, à condition qu'ils acceptent leur féminité. La biologie et la psychanalyse sont d'accord sur ce point : notre identité intègre toujours une part de l'autre sexe. Cette part-là fait la différence. Les hommes qui ont un moi suffisamment fort sont capables de vivre ce côté féminin sereinement et parviennent à entrer en relation. Ceux qui ont des failles narcissiques plus importantes, qui manquent de confiance en eux, se sentent obligés de jouer les virils à tout prix. Dans ces conditions, ils sont incapables de recevoir l'autre, donc d'accueillir le sentiment amoureux. Leur engagement n'est jamais durable. Ils collectionnent les conquêtes ou choisissent des femmes sublimes, qui ne servent qu'à confirmer leur identité masculine. Ils ne sont pas dans la relation à l'autre.

Quand ils n'acceptent pas leur part féminine, les hommes se ferment donc à l'amour ?

U.G. : Absolument. Cette part féminine d'eux-mêmes est inconsciente. Or, tout ce qui est inconscient est primitif, pulsionnel. Il n'y a pas de place pour la réflexion ou l'élaboration. Les hommes aiment de façon absolue, totalitaire, voire un peu infantile : l'amour, pour eux, est régi par la loi du « tout ou rien ».

Pourquoi sont-ils tellement bousculés par l'amour ?

U.G. : Parce que ce sentiment suppose un développement psychique qui leur manque. Nous avons besoin du langage et de la pensée pour exprimer l'amour et le vivre sans être submergés. Il est l'aboutissement d'une série d'élaborations : la mise en mots et en images transforme la pulsion

litaire et infantile »

sexuelle en sentiment amoureux. Or, à ce niveau-là aussi, les femmes sont mieux dotées que les hommes. Lorsqu'elle devient adolescente, une fille se construit comme individu singulier. Dans le même temps, l'apparition du cycle menstruel l'inscrit dans le collectif, des femmes et des mères futures. Ces deux subjectivités vont alors s'affronter : serai-je femme ou mère ? Pour résoudre ce dilemme, les adolescentes doivent faire travailler leur psychisme : réfléchir, penser, trouver des réponses ! Il n'existe rien de comparable chez les hommes : leur moi biologique et psychique sont indifférenciés. Or, le psychisme a besoin du conflit pour se construire… Et l'amour, du psychisme pour naître.

Comment les hommes vivent-ils ces différences ?

U.G. : Je ressens chez tous mes patients un véritable malaise face au sentiment amoureux, au couple, aux femmes. Depuis toujours, les hommes sont terrorisés par ces dernières. Ils sont fascinés et dépassés par leur pouvoir de donner la vie. Le corps féminin est complet ; celui des hommes, non. Pendant des siècles, ils ont compensé ce déséquilibre en soumettant les femmes, qui vivaient assujetties à leurs désirs. Mais la contraception a tout bouleversé : à la puissance de l'enfantement s'est ajoutée une liberté toute nouvelle. C'est effrayant pour eux.

Ce malaise masculin peut-il s'apaiser avec la maturité ?

U.G. : Malheureusement non. Plus on vieillit, plus on doute de sa puissance et de sa virilité : les problèmes redoublent. Avec l'âge, les hommes ont davantage besoin de compenser leurs failles narcissiques. Certains se contentent de séduire, d'autres deviennent infidèles. Pour les uns comme pour les autres, il s'agit d'une confirmation identitaire, de se prouver que l'on est encore un homme. Cela est d'autant plus nécessaire qu'à la peur des femmes s'ajoute celle de la mort. Encore une fois, on retombe dans le « de moi à moi », et on n'est plus dans le « toi et moi » amoureux.

« Nous avons besoin du langage et de la pensée pour exprimer l'amour et le vivre sans être submergés »

Que peuvent faire les femmes pour aider les hommes à mieux les aimer ?

U.G. : Les mères doivent aider leurs fils à assumer leur part de féminité. Sans les y coincer, sans mépris pour l'homme non plus. Les femmes pourraient, sans perdre ce qu'elles ont conquis, faire aux hommes un peu de place. Pendant des siècles, elles leur ont laissé l'espace public. À présent, elles pourraient céder un peu de terrain dans la sphère privée : laisser l'homme penser, agir par lui-même. Même lorsqu'il s'agit du couple et de son quotidien. Or, sur ce point, elles veulent souvent garder la main… Hommes et femmes sont en train d'apprendre une troisième voie, et c'est la seule issue possible. Un jour, les femmes sauront protéger leur liberté sans revendication agressive. Les hommes construiront une autre virilité : ni dans l'imitation des femmes, ni dans leur domination. Nous ne maîtrisons pas encore les codes, mais les choses bougent. Mai 68 n'est pas si loin : il faut laisser faire le temps. Le psychisme évolue plus lentement que l'histoire.

Attention fragile !

Au lit aussi, les hommes ont perdu leurs repères. Face à des femmes plus expertes et plus exigeantes, ils s'angoissent. Leur crainte : ne pas être à la hauteur ou devenir des « hommes-objets »...

PAR **HÉLÈNE FRESNEL** ET **BERNADETTE COSTA-PRADES**

Toutes les conditions étaient réunies. Elle avait réservé leur chambre d'hôtel fétiche : tapissée d'un tissu cramoisi, avec lit à baldaquin et miroir dans lequel ils aimaient beaucoup se regarder. « L'idée venait de lui. Quand je suis arrivée, il était debout près de la fenêtre avec une bouteille de champagne et deux coupes à la main. La nuit s'annonçait explosive. J'avais très envie de lui et je le lui ai dit. Mais rien ne s'est passé comme prévu. Pour la première fois depuis le début de notre histoire, François a eu une panne... » L'aventure de ce couple de trentenaires est singulière, mais symptomatique d'une nouvelle fragilité masculine. Augmentation des consultations chez les sexologues, explosion des ventes de Viagra et de stimulants sexuels sur le Web, psychanalystes soulignant l'omniprésence de « failles » et d'une « crise de la masculinité » chez leurs patients... Les hommes doutent de leur virilité. La lutte pour l'égalité des sexes les a particulièrement secoués. Ils ont dû faire leur deuil de leur domination dans la vie active et des cadres prédéfinis dans les rapports de séduction. Ils ne comprennent plus rien. « Les femmes sont devenues sociale-

PHOTO : WALDO SPERBER



ment et individuellement floues pour eux, confirme la psychanalyste Hélène Vecchiali. Ils ne savent plus comment se comporter, d'autant moins que la société valorise le féminin de façon éhontée. La douceur, la parole, le consensus, au détriment de ce qui est pointu, piquant, tranchant. Il est demandé aux hommes de développer des qualités féminines, comme si les femmes avaient tout juste et les hommes tout faux ! » Comment rester un homme quand tout ce qui est constitutif du masculin est considéré comme brutal, agressif, violent ?

L'angoisse de l'amant au moment de la jouissance

Une situation d'autant plus difficile à vivre que l'homme est obnubilé par son sexe et par le rapport sexuel. Il investit son pénis d'un point de vue narcissique, à cause de « la signification organique qu'il a pour la continuation de l'espèce », nous explique Freud[1]. Sans phallus, sans érection, pas de rapport, donc pas de possibilité de donner la vie. Le pénis incarne la toute-puissance, mais il met aussi l'homme à nu : « Lorsqu'il désire sexuellement, cela se voit : il est en érection, son désir prend corps », souligne la psychanalyste Elsa Cayat. Il devient objet de ce >>>

>>> qu'il vit et n'a pas d'intimité par rapport à son désir. La femme, elle, est très protégée. Ses organes sexuels sont cachés. Elle peut dissimuler, simuler. Pas lui. Son pénis signe sa demande, son besoin, son manque, et il faut qu'il soit en érection parce qu'il joue aussi le rôle d'émetteur pour susciter le désir de sa partenaire. « Mes maîtresses adorent quand je bande, avoue Benjamin, 36 ans. Je suis sûr que c'est ce qui provoque leur excitation. »
Pourtant, se souvient-il, « il y a quelques mois, je me suis retrouvé au lit avec une vieille copine qui venait de se faire quitter par son compagnon. J'étais ému, je suis resté tout mou et je n'ai pas réussi à la satisfaire. Elle l'a très mal pris, s'est moquée de moi. Depuis, nous nous fuyons ». Certes, le jeune homme sait que le désir ne se maîtrise pas, mais il a vécu cet « accident » comme une humiliation. « Une critique sexuelle s'inscrit dans la mémoire de l'homme de façon indélébile, il s'en souviendra toute sa vie », note l'andrologue Sylvain Mimoun.

Les hommes sont plus proches de leur corps

Le pénis, « fléau » qui enfle et dégonfle, contraint souvent l'homme à endosser la responsabilité de la réussite ou de l'échec du rapport. D'autant plus qu'il sait maintenant que sa propre érection et son orgasme ne suffisent pas, mais qu'il doit donner du plaisir à sa compagne de jeu. C'est ainsi que la peur de ne pas faire jouir sa partenaire se tapit derrière bien des pertes de désir. Et que l'on voit des hommes se détourner d'une sexualité qui les met en danger...
Tous les problèmes sont dépendants du regard de l'autre : « Vais-je être à la hauteur ? Et suis-je aimé ? » Le rapport sexuel suscite une profonde anxiété parce qu'il concrétise l'illusion de la fusion des corps. L'homme rêve, lui aussi, de sentiments. Il vit dans l'illusion que l'autre va le combler, panser ses plaies. « Tous reconnaissent qu'il y a une différence entre «baiser» et «faire l'amour», assure Hélène Vecchiali.
Quand ils désirent, ils ne savent pas s'ils vont tomber amoureux, mais la relation sexuelle va les éclairer sur leurs sentiments parce qu'ils sont bien plus proches de leur corps que nous. » Le sexe est une condition nécessaire mais pas suffisante à l'amour. Les choses peuvent ne pas se passer très bien la première fois, les hommes sentiront instinctivement si le contact peut se faire. Et si le lien se crée, ils s'ouvrent, se laissent aller puis envahir par le sentiment : ils ont envie de dormir, de prendre leur petit déjeuner avec elle. Ils sont romantiques, même s'ils oublient les dates et n'offrent jamais de fleurs. Ils fondent quand ils aiment, ils se montrent désirants, émouvants.

L'impression d'être un sex-toy

L'homme s'interroge sur lui-même, se demande comment mieux satisfaire sa partenaire et... s'angoisse quand il se retrouve face à des femmes qui veulent se conduire comme lui. « À une certaine époque de ma vie, je suis passé par une période de chasteté, raconte Guillaume, 40 ans. J'étais un peu dégoûté. J'avais rencontré une succession de filles qui se servaient de moi et me jetaient comme un Kleenex. J'avais l'impression d'être juste un coup d'un soir, un sex toy chargé d'assouvir des fantasmes sur lesquels je n'avais aucune prise. Je me sentais

À partir du moment où les femmes demandent du sexe et du plaisir, elles inquiètent les hommes.

La taille moyenne ?

**La question de la taille du pénis travaille l'inconscient masculin. Pourtant l'immense majorité des hommes est dotée d'un membre situé dans les normes observées par les andrologues : de 7 à 11 cm, avec 3 cm de diamètre au repos. En érection, il mesure de 12 à 16 cm de l'os pubien à l'extrémité du gland, avec un diamètre de 4 cm. Être au-dessus de cette moyenne n'est pas forcément un avantage. « Les hommes pourvus de pénis très volumineux sont souvent complexés, constate Mireille Bonierbale, psychiatre et sexologue. Ils consultent car leurs partenaires se plaignent de relations inconfortables. Souvent, la femme se sent coincée par la pénétration, qui peut, selon son anatomie et son état de nervosité, s'avérer impossible. »
Ce n'est pas un hasard si un passage du kamasutra déconseille à l'homme pourvu d'un « sexe d'éléphant » l'union avec une femme au « sexe de gazelle ».**

dépossédé de mes moyens, de ma virilité. » Davantage dans le « Il me le faut » que dans une pulsion sacrée qui les bouleverse et les émeut, ces nouvelles femmes ne cherchent au fond qu'un trophée, un phallus. Mais quand elles disent « Je te veux », elles privent l'homme du plaisir du suspense et de sa question clé : « Vais-je y arriver ? » Il est important pour lui de faire les premiers pas, d'être actif, de prendre le risque du « non », qu'il n'a jamais vécu avec sa mère.

« Le désir de la femme fait parfois peur », constate Elsa Cayat. Car il renvoie à celui de la mère qu'a refoulé le petit garçon. C'est une énigme nimbée de l'interdit de l'inceste qui questionne et déstabilise. « Que veut la femme ? » se demandait d'ailleurs Freud. « Avant, nous étions définies comme épouses et mères, pas comme femmes, rappelle la sociologue Christine Castelain-Meunier. À partir du moment où nous demandons du sexe et du plaisir, nous inquiétons les hommes. »

Même s'ils craignent de ne pas pouvoir combler ces femmes qui ont acquis des droits et les revendiquent au lit, les hommes ont tout de même sérieusement avancé sur le sujet de l'amour. Christine Castelain-Meunier en est convaincue : « Les hommes du post-féminisme sont des amants plus attentifs à leur partenaire. Et c'est bien pour eux aussi. »

Les places de chacun se redessinent. Ce n'est plus à l'homme de tout assumer : le plaisir de l'autre et le sien. Le partage est possible. « Avant, il ne pouvait être que dans la représentation, le faux. Maintenant, il a le droit d'être réel, vivant, vulnérable », conclut Elsa Cayat. Et donc le droit de se montrer fragile.

1. *« Quelques conséquences psychiques de la différence anatomique entre les sexes », in* La Vie sexuelle de Sigmund Freud *(PUF, 2002).*

PHOTO : ©PASCAL ITO / CORBIS OUTLINE

ÊTRE UN HOMME SELON…



… Mathilde Seigner

« Je suis l'homme de ma vie »

Dans le film *Tout pour plaire*, j'avais une réplique que j'aimais bien : "Le jour où j'ai réussi à construire ma bibliothèque Ikea, je me suis demandé pourquoi Dieu avait créé deux sexes." C'est vrai, non ? J'ai dit un jour : "Je suis l'homme de ma vie", et je le pense toujours. Moins parce que j'ai un homme, un vrai, mais être l'homme de ma vie, ça veut dire que je me suffis à moi-même. Matthieu est présent, je l'aime et, s'il me quitte demain, je serais très triste. Mais j'ai ma maison, je gagne ma vie, je ne dépends pas de lui. C'est en ça que je suis l'homme de ma vie. Je me sens libre. Pouvoir quitter l'autre parce qu'il a fait quelque chose qui vous déplaît, c'est une immense liberté. Je connais tellement de femmes trompées qui restent parce qu'elles n'ont pas un rond, parce que sans leur homme elles n'existent pas. Nous deux, si on se sépare, je n'aurai à assumer que mon chagrin et mes larmes. **Je dis souvent que je suis "attachiante".** En fait, je suis de moins en moins "attachiante" et de plus en plus attachante. Le "i" disparaît doucement. J'ai gardé tous mes vieux copains, mes ex ont toujours une passion pour moi et leurs nouvelles femmes me disent : "On doit bien faire avec, parce que tu fais partie de leur vie." Ça m'a plu de retrouver cette force de l'amitié dans *3 Amis* de Michel Boujenah. La preuve qu'on a d'être quelqu'un d'attachant, c'est quand on a des gens autour de soi. Les connards sont tout seuls. »

Extrait de Psychologies magazine*, juillet-août 2007.*

Monsieur **rêve...**





Sodomie, bondage, triolisme... Beaucoup d'hommes ont des fantasmes sexuels qu'ils craignent d'avouer et de pratiquer avec leurs compagnes. Mais faut-il passer à l'acte ? Et que révèlent ces désirs ?

PAR **STANISLAS DE HALDAT**

Les psys le disent : rien de plus banal, de plus normal, que d'avoir des fantasmes. En revanche, rien de plus périlleux que de les partager et les réaliser avec sa partenaire. Pourquoi ? D'une part parce que le passage à l'acte est souvent décevant et rarement à la hauteur de la fulgurance du rêve. Ainsi – c'est un exemple – nous prenons du plaisir à nous imaginer faisant l'amour à l'improviste dans les toilettes d'un train. La réalité pourrait être bien différente. Organiser la mise en scène de cette situation détruit d'emblée le charme de l'improvisation : il faut d'abord convaincre sa compagne de l'accompagner aux toilettes et s'assurer que personne ne nous voit y entrer. Puis il faut s'accommoder de l'exiguïté des lieux, souffrir des éventuelles odeurs (absentes du fantasme) et supporter les possibles cris d'un enfant qui, de l'autre côté de la porte, manifeste son impatience. Bref, le rêve peut vite tourner au cauchemar. D'autre part, les fantasmes révèlent des traits de personnalité inconscients qui peuvent décontenancer sa femme, voire la choquer. Les cinq pratiques sexuelles suivantes ne sont pas interdites, mais sont rêvées par la plupart des hommes. Et en disent long sur eux.

... l'amour du risque

Faire l'amour dans un bureau, dans un ascenseur, au coin d'une rue, sous un porche, dans les toilettes d'un restaurant, d'un aéroport ou d'un train, avec le risque d'être surpris à tout moment : voilà un fantasme extrêmement excitant. La situation procure une montée d'adrénaline revigorante et stimule une tendance à l'exhibitionnisme. Elle conforte aussi l'homme dans son désir de jouir de son potentiel de virilité. Ce fantasme revient à dire : « je peux le faire quand je veux et où je veux, peu importent les conséquences. » Cependant, mieux vaut s'assurer que sa partenaire partage le même goût du risque. Si c'est le cas, ce genre d'aventure pimente agréablement la vie du couple. En revanche, une femme timide ou pudique n'y trouvera pas de plaisir, mais plutôt du stress et de l'embarras. La jouissance ne sera pas réciproque. >>>

... l'amour sans préliminaires

Faire soudainement jaillir la bête que l'on tient habituellement bridée, satisfaire immédiatement une envie impérative, faire fi des conventions du sexuellement correct qui réclament des démonstrations de tendresse : beaucoup d'hommes rêvent de s'autoriser un comportement d'animal en rut... Mais peu osent passer à l'acte sans craindre des reproches. Pourquoi ? Parce que l'amour sans préliminaires est considéré comme un acte égoïste et immature qui ne tient pas compte du désir de l'autre ou de sa disponibilité. Parce qu'il est perçu comme un geste brutal de domination. Parce qu'il apparaît dépourvu d'implication affective. Parce qu'il réduit la sexualité à la copulation génitale. Parce qu'il peut laisser sa partenaire imaginer que son corps n'est qu'un réceptacle et que d'autres femmes pourraient servir à épancher les besoins physiques de son homme. Bref, parce qu'il ressemble à un viol. Avant de se jeter brutalement sur le corps de sa compagne, mieux vaut donc être certain qu'elle partage la même envie au même moment. Pour le savoir, il faut garder tous ses sens en éveil. En cela, l'amour sans préliminaires est un paradoxe : il exige une grande délicatesse et une intense connaissance de l'autre.

... l'amour anal

C'est l'un des premiers fantasmes avoués par les hommes. La raison de tant d'enthousiasme ? Outre que la zone anale, très irriguée, est particulièrement érogène, le sexe anal induit une idée de domination, de possession totale. La réticence de beaucoup de femmes à s'y soumettre en augmente encore l'attrait. L'homme peut s'imaginer que c'est le seul endroit de son corps que sa partenaire n'aurait jamais permis aux autres que lui. S'il arrive à ses fins, la sodomie lui donne ainsi un sentiment valorisant d'exclusivité. Il lui procure aussi le frisson de flirter avec des interdits : l'homosexualité et le sado-masochisme. C'est en effet par la même voie qu'il pourrait posséder le corps d'un homme et que sa compagne, munie d'un godemichet, pourrait aussi le pénétrer. Considérer que l'anus est érogène pour elle, c'est admettre qu'il l'est aussi pour lui. Enfin, la sodomie est une pratique souvent considérée comme perverse puisqu'elle ne vise pas à la procréation. D'où son parfum de soufre.

... l'amour bondage

Ligoter sa partenaire de manière à ce qu'elle ne puisse plus bouger un membre ne pourrait être qu'une énième variation du fantasme de domination. Mais les vrais amateurs de bondage savent qu'il s'agit surtout d'une recherche esthétique, d'un spectacle théâtral et érotique. Si les Japonais – notamment le photographe Nobuyoshi Araki – sont les maîtres du genre, c'est que l'art de la tenue et de la retenue sont profondément inscrits dans leur culture : les postures du bouddhisme zen exigent immobilisme et concentration, le cérémonial du thé requiert finesse et précision, et le port du kimono –véritable robe bondage – demande un savoir-faire certain dans le maniement des nœuds.

En Occident, le bondage peut apparaître comme une fantaisie sexuelle curieuse et vaguement inquiétante, à classer parmi les multiples pratiques du sado-masochisme. C'est sa violence apparente et son caractère peu habituel qui peuvent rebuter beaucoup de femmes. Il leur faut avant de s'y livrer être préparées à l'idée d'une véritable mise en scène dont elles seront les actrices principales et célébrées. Cérébral et visuel, le bondage peut s'accompagner d'une légère touche d'humour mais tolère rarement la médiocrité...

PHOTO (PAGE PRÉCÉDENTE) : KALDO SPERBER

... l'amour **à trois**

Un homme deux femmes : voilà qui ressemble au fantasme d'abondance et de toute-puissance. Un fantasme qui peut être mal vécu par la compagne habituelle: elle pourrait penser n'être pas à la hauteur du désir de son partenaire et voir l'autre femme du trio comme une rivale.
L'homme, lui, perçoit souvent ce fantasme différemment : adjoindre une nouvelle femme à la sienne, ce n'est pas disqualifier ses compétences amoureuses, mais, au contraire souhaiter l'ouvrir à un nouveau jeu érotique. Dans son scénario, il verrait les deux femmes se caresser parce qu'elles manquent d'homme et entrerait dans ce duo pour les satisfaire toutes les deux. D'une certaine façon, il se réserve le beau rôle.
Le triolisme peut aussi se jouer avec une femme et deux hommes. Il y a là alors une volonté d'exhibitionnisme, celle de montrer sa puissance à un autre homme, en exhibant son membre en action et en lui « prêtant » sa femme.
Mais il peut y avoir aussi un désir homosexuel latent qui s'assouvirait dans la confusion des corps. Quels qu'en soit les motifs conscients et inconscients, les psys préviennent cependant : ce fantasme, s'il est réalisé, peut menacer la solidité du couple.

À LIRE
La Sexualité masculine,
de Didier Dumas, Albin Michel, coll. Pluriel, 1990.
Un livre essentiel du psychanalyste récemment disparu, qui explore l'inconscient de la sexualité des hommes.

ÊTRE UN HOMME SELON...



... Jean Dujardin

« Nous sommes plus cyniques que les filles »

Aujourd'hui les différences entre hommes et femmes s'estompent. Les femmes sont devenues des mecs. Elles vont dans les bars, elles boivent, elles fument, elles sont autonomes, elles vous draguent, elles vous lourdent, on est vraiment devenus semblables. Avant qu'elle soit ma compagne, Alexandra était mon meilleur pote avec des seins. J'aime beaucoup son côté mec, j'aime les filles qui ne font pas leur bêcheuse. Mon côté fille à moi, c'est d'être heureux et de le dire. Ce sont les nanas qui me l'ont appris. Il suffit de les regarder aux terrasses des cafés, elles sont penchées, à deux centimètres l'une de l'autre, et s'encouragent à se parler : « Allez, dis-moi, dis-moi... » **Nous, on est en retrait, affalés,** les jambes écartées comme ça, on ne parle pas, on boit un coup et on mate. J'apprends à dire : « T'as vu comme on est bien ! Je suis heureux. » À part ça, accessoirement, je mets des collants. *[Il éclate de rire.]* Je trouve aussi les filles moins cyniques. Elles font moins genre que les mecs. Elles vous regardent, simplement, elles sont là avec vous. J'aime mieux la naïveté que le cynisme.
Mon côté mec, c'est que j'aime bien protéger la femme, qu'elle sache que je peux la défendre. C'est comme lui offrir un cadeau. La trouille de l'autre vous rend fort. Mais il faut aussi que je puisse dire : "Je ne suis pas bien en ce moment, j'ai besoin de ton épaule de femme pour poser ma tête." Qu'est-ce que c'est bien de pleurer devant sa femme ! Bizarrement, ce sont de grands moments de joie. »

Extrait de Psychologies magazine, *en mars 2007.*

La vie sexuelle conjugale de Paul est un naufrage. Sa femme s'est détournée de lui après la naissance de leur second enfant. Pour combler ses besoins et « rester un homme », Paul a eu recours aux professionnelles du sexe. **Il témoigne.**

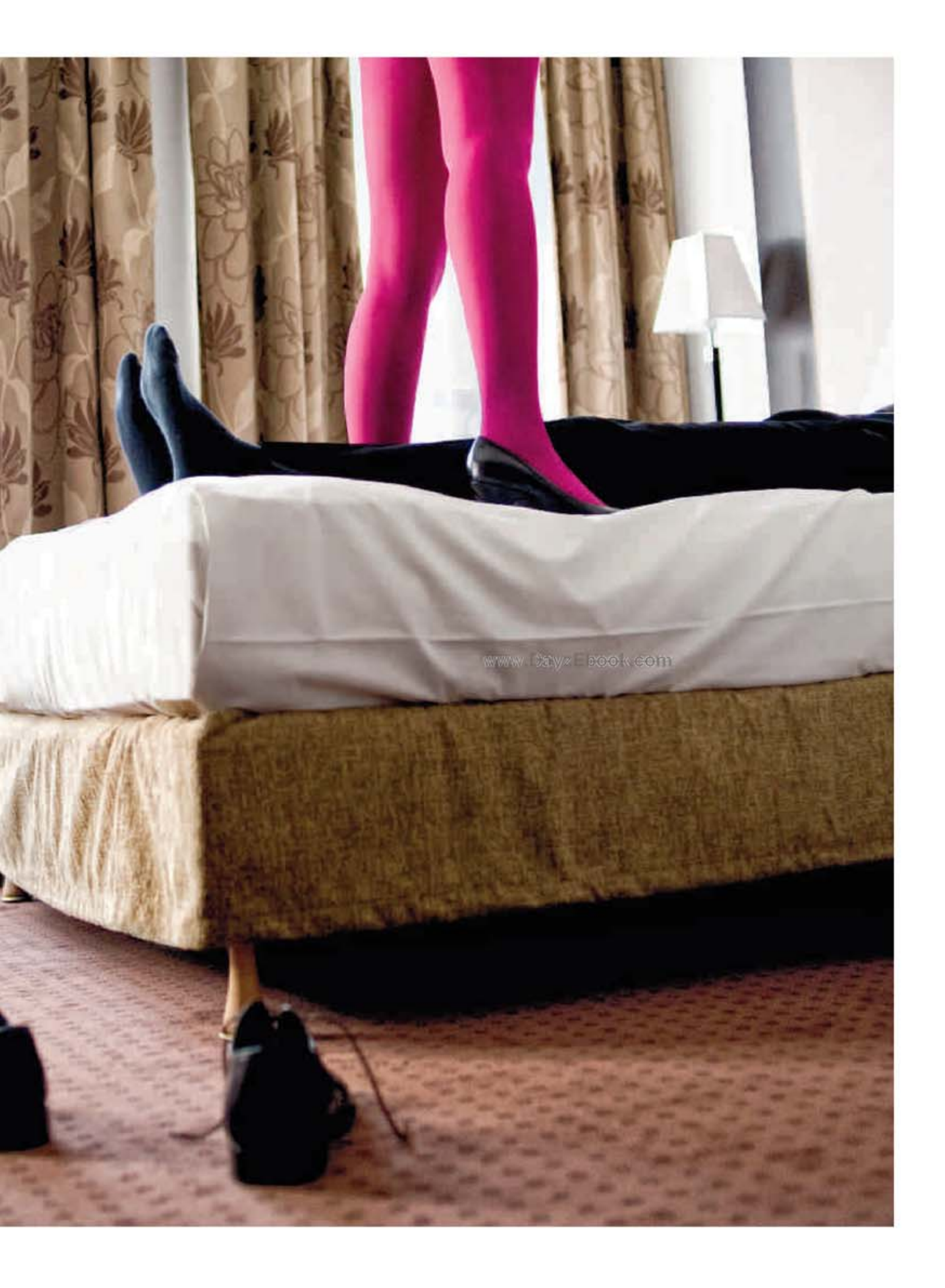
PROPOS RECUEILLIS PAR **PHILIPPE ROMON**

« Les call-girls m'ont sauvé la vie... »



« **L**a première fois, c'est vraiment comme une "première fois", l'émotion du premier flirt. Il y a le regard du portier de l'hôtel (ce "bonne soirée monsieur !" ne signifie-t-il pas qu'il sait ?), de la femme de chambre croisée dans le couloir. L'appréhension de la porte qui s'ouvre furtivement.

Parfois, la fille est nue, d'entrée. Pas toujours – le client peut exiger une tenue, un "dress-code" – mais il arrive qu'elle soit tout simplement nue en ouvrant. Et souriante. C'est important, le sourire du premier contact. Le rendez-vous se prend par SMS sur le site d'une agence dont les filles tournent dans les capitales européennes. Il m'arrive de communiquer avec un certain "Sacha". Nous réglons les modalités de la passe : le tarif (250 euros de l'heure en moyenne), la durée (une heure permet d'accomplir pas mal de choses), les éventuelles spécialités (la sodomie, par exemple, est en sus), l'hôtel (à Paris, les filles descendent dans des quatre-étoiles appréciés justement pour l'anonymat de la foule) et, au tout dernier moment, le numéro de la chambre. Sacha se montre souvent de bon conseil et toujours courtois. Complice, mais sans lourdeur : *"Olga is a great girl. Have a good time"*. L'affaire est rondement menée, très pro, le business russe bien implanté – la mafia est peut-être derrière. Le choix de la fille se fait aussi sur le site. C'est un moment très agréable, proche de l'ivresse et qui parfois



se suffit à lui-même. Les filles en tournée y sont présentées avec une précision anatomique ("1,75 m fine, seins naturels B") que complètent des photos et, surtout, des évaluations de clients précédents. "Attention, photos retouchées. La fille a bien plus que les 25 ans annoncés" ou "photos conformes. Un canon !".

Les récits y sont exquis et détaillés, émouvants ("pas la grande forme aujourd'hui, malgré ses louables efforts je n'ai pas réussi à bander une seconde fois"), camionneurs ("je l'ai prise au démonte-pneu") ou tendres et pudiques ("Eva a de tout petits seins très réactifs, elle est très GFE, mais ce que j'ai vécu avec elle, je le garde pour moi"). GFE, c'est pour *Girl Friend Experience*, une des deux catégories de rencontre, l'autre étant PSE, *Porn Star Experience*. Les descriptions sont truffées de bien d'autres acronymes des pratiques, qu'un glossaire décrypte au clic : OWO *(Oral WithOut a condom)*, DFK *(Deep French Kissing)* ou DATY *(Dining At The Y* – un cunnilingus) ; l'AR indique l'*Annal Rimming*, ou *"oral stimulation of the anus"*. Personnellement, j'ai une prédilection pour la GFE : un peu d'affection plutôt que des prouesses de gymnaste.

C'est une histoire d'une grande banalité : à la naissance de notre deuxième enfant, ma femme a perdu tout intérêt pour notre couple. Je craignais deux choses : soit de ne de plus avoir de sexualité du tout, soit de perdre le contact avec une forme de réalité, le corps d'une femme, en me réfugiant exclusivement dans la masturbation. J'ai bien entendu commencé par chercher sur Meetic, mais je préfère l'efficacité du service tarifé. Et j'en ai parlé à mon psy – il n'a pas cherché à me dissuader.

"Why you smiling ?", me dit-elle de ses trois mots d'anglais. Je lui réponds que je souris parce que je suis content, que je me sens bien. *"Like child!"*, s'esclaffe-t-elle. Oui, bien que je n'aie pas le souvenir d'avoir été heureux comme ça quand j"étais enfant. Ce jour-là, peut-être >>>

« Bien sûr, le budget doit suivre, mais comme pour d'autres dépenses ça se régule, et ce n'est pas plus onéreux qu'une maîtresse »

>>> qu'elle me sauve la vie. Les relations peuvent être très tendres avec les filles. Je me souviens de l'une d'entre elles, Olga. Elle avait les dents qui se chevauchaient mais embrassait très bien, des baisers profonds, intenses. Nous avons fait l'amour lentement, avec douceur. C'était l'été, le milieu de l'après-midi. À la fin de l'heure, elle a rassemblé quelques fruits dans un panier et m'a dit avec son anglais approximatif : *"I'm going picnic. You come with me ?"*

La toute première fois, c'était il y a une quinzaine d'années. J'étais entre deux copines, Internet n'existait pas encore. Il s'agissait d'une prostituée de Pigalle, une "dame", d'un certain âge déjà. Très gentille, très attentionnée, mais elle ne m'avait pas donné envie d'y retourner. Elle n'embrassait pas. Mon meilleur souvenir est aussi le plus troublant. Olga avait une très jolie poitrine et je lui ai demandé d'enfiler mon T-shirt – je sais, ça fait un peu narcissique, mais je ne trouve rien de plus érotique qu'un sein moulé par un T-shirt... Et puis, ça me rappelait une petite amie, qui portait parfois mes T-shirts et mes chemises. Elle avait un côté très gamine, Olga. Les photos la montraient en jean, une éval' alertait sur des "traces d'acné", en plus de ses dents, mais cela ne me dérangeait pas, j'aime ce côté nature et malgré ses défauts Olga était en fait très mignonne.

Pendant l'heure que j'ai passée avec elle, à la peloter, à l'embrasser, j'ai vraiment eu l'impression d'assouvir, vingt-cinq ans plus tard, un fantasme d'ado. Et c'est ce qui a été le plus troublant. Ce "comme si", tellement intense, qui paraissait si vrai alors que, je ne l'ignorais pas, d'autres que moi avaient eu la même expérience avec elle peu avant et d'autres l'auraient peu après. Est-ce pour cette raison que je ne l'ai pas pénétrée ? Nous nous sommes contentés de frottis-frottas. Elle a joui, moi pas. Je sais, vous allez vous dire quel prétentieux, et comment peut-il savoir. Savoir, ce n'est pas bien difficile...
Est-ce aussi pour cette raison, pour ce fantasme revisité, que je ne l'ai pas accompagnée au pique-nique ?



J'ai une prédilection pour les débutantes, à cause de leur fraîcheur dans le métier. Oui, une forme de spontanéité dans l'échange. Certains préfèrent l'expérience. Ce n'est pas ce que je cherche. Je n'aime pas qu'elles simulent, par exemple.

"Today's my birthday!", m'an-

nonce Sonya en faisant des sauts de trampoline sur le lit. Et qu'allait-elle faire de son anniversaire ? *"I go out tonight with my friends"*, les autres filles de l'agence logées dans le même hôtel. Elle m'avait prévenu : à 18h, elle arrêterait "de bosser". Et irait en boîte. Draguer ? *"Hey, why not !"*, me lance-t-elle avec un sourire espiègle. Elle ne me propose pas de l'accompagner... Mais me donne son numéro de portable "privé", pour un tarif à l'amiable. *"You made me come"*, précise-t-elle, pour m'appâter. Mais je ne la crois pas. Elle, je sais que non.

Assouvir un fantasme, cela peut être déprimant. Après, que reste-t-il pour rêver, sinon une sorte de vide abyssal. C'est d'ailleurs la principale limite du recours à l'escort, plus encore que l'argent. Bien sûr, le budget doit suivre, mais comme pour d'autres dépenses ça se régule, et ce n'est pas plus onéreux qu'une maîtresse. En revanche, le désir, c'est une autre paire de manche. S'il m'arrive de revoir une escort, je suis en général déçu la seconde fois. Et déçu de cette déception, comme si elle mettait en échec un système qui se présenterait comme parfait.

– une femme ou un homme qui se laisse entretenir – tournent aussi autour de l'argent. Pourtant ce n'est pas la même chose. Il y a une immédiateté marchande dans l'escort qui en fait à la fois sa saveur et sa brutalité.

Et je ne parle pas de brutalités physiques non consenties. Cela arrive. Helena, une indépendante russe proche de la trentaine, assez connue pour son talent à l'AR (c'est elle qui m'y a initié), a été assez salement amochée il y a deux ou trois ans par la mafia ukrainienne. Peut-être parce qu'elle refusait d'être affiliée à une agence. Elle s'est pourtant remise au service. Après chirurgie esthétique, et toujours avec le sourire. De l'asservissement ? Pourtant elle aussi, je la sens qui prend parfois son plaisir. Et, de Bruxelles à Stockholm en passant par Rome et Munich elle semble bien gagner sa vie.

Je n'aime pas faire des évaluations sur le site. J'ai moi aussi ma pudeur. Même sous pseudo. Et en matière de femmes je ne suis pas partageur. Je sais, cela peut paraître contradictoire avec la pratique de l'escort. Mais pas tout à fait. Quand je rencontre une fille, j'aime bien

« Elle avait les dents qui se chevauchaient mais embrassait très bien, des baisers profonds, intenses. Nous avons fait l'amour lentement, avec douceur »

Il ne faut pas croire que toutes les rencontres se passent bien, évidemment. Une Roumaine, "Lucie", je crois, ne supportait tout simplement pas qu'on la touche. Une fellation, elle voulait bien. Mais en gardant ses habits : elle était par ailleurs très pudique. Comment pouvait-elle faire ce boulot dans ces conditions ? "Il y a des hommes qui aiment ça", me répondit-elle, sans trop de conviction.

Le plaisir, le désir ne sont pas propres au client. Il y a des filles qui aiment vraiment faire l'amour. Payer pour cette rencontre sexuelle, c'est une simple modalité : de l'argent en l'échange d'un service rendu. Du travail bien fait, d'autant mieux fait qu'il l'a été dans le plaisir, sans qu'on n'ait l'impression, justement, d'un travail. Et pourtant, je sais bien que ce n'est pas si simple. Certains comportements socialement acceptables

savoir qu'elle n'a pas vu un client juste avant. Après, je m'en fiche. Heureusement. Vous imaginez, tomber amoureux d'une escort ?

Quand je dis que telle rencontre m'a peut-être sauvé la vie, j'exagère sans doute un peu, mais j'exprime aussi la détresse émotionnelle et sexuelle dans laquelle j'ai pu me trouver et dont je suis sorti, en partie, grâce à ces filles. Au réel de nos rencontres, de nos corps. À ce titre, même une escort comme Lucie, la Roumaine qui refusait de se déshabiller et d'être touchée, m'a été salutaire.

Aujourd'hui, j'ai moins besoin de cette béquille, parce que j'essaie de construire quelque chose de neuf. Pourtant, je n'exclus rien. Ne serait-ce que pour le plaisir de rêver ».

Des héros sans Eros

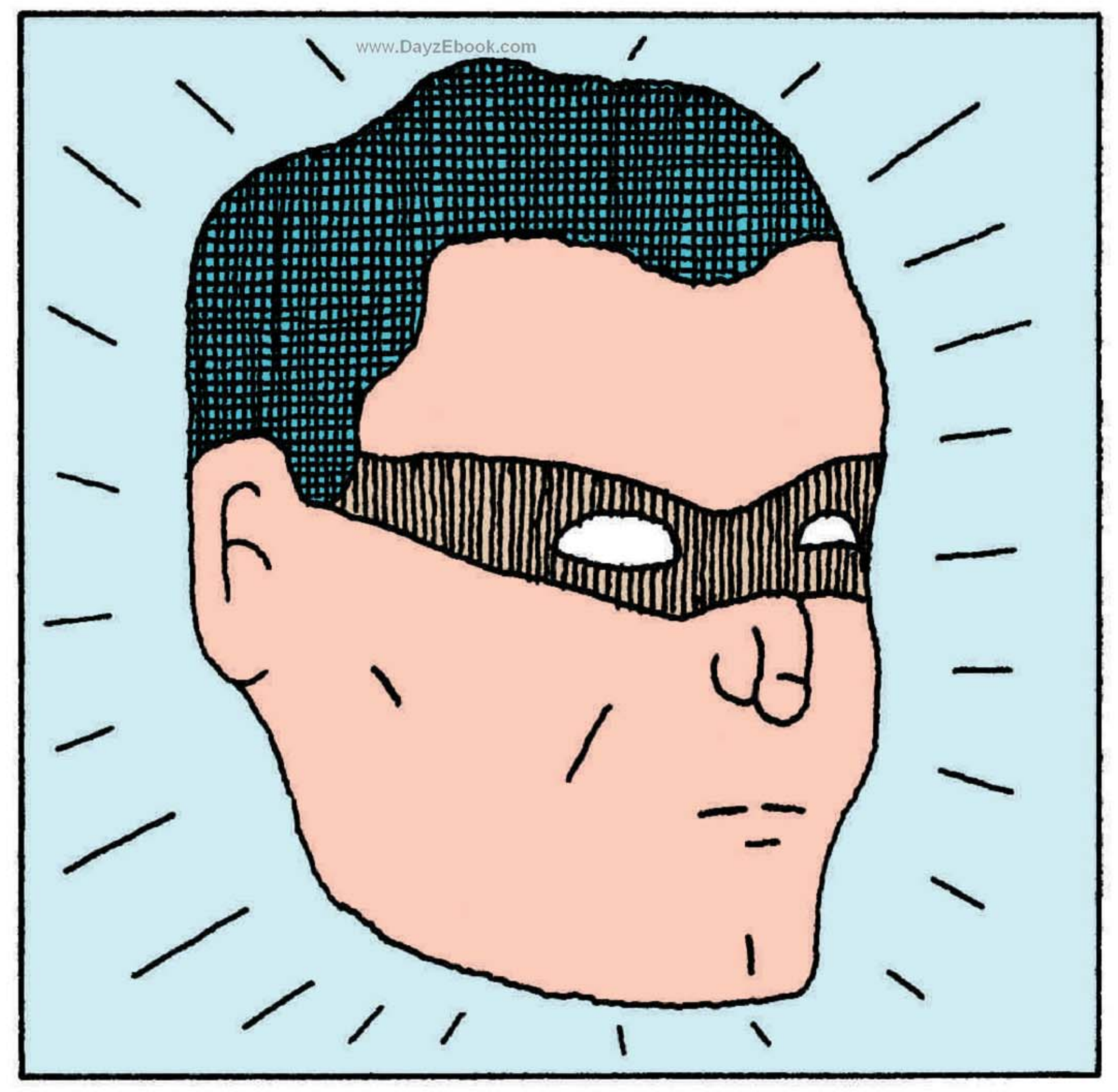


ILLUSTRATION : ©ALAIN PILON/COSTUME 3 PIÈCES

Dr House, 24 Heures... Les séries télévisées nous offrent des héros fragiles, conquérants et intelligents, mais qui ne prennent jamais le temps de **faire l'amour.** Où est donc passé le sexe ?

PAR **ALAIN HÉRIL** – ILLUSTRATION **ALAIN PILON**

Les séries TV américaines qui ont envahi nos écrans depuis quelques années imposent des figures masculines qui remplacent les super-héros d'autrefois. Tout en muscles, Batman, Superman et Spiderman incarnaient la puissance du bien durant la guerre froide. Le mal était immédiatement identifiable sous les traits grimaçants du Joker et de ses avatars. Mais, après la chute du Mur de Berlin et le 11 septembre, le monde est devenu plus compliqué : il y a du bon chez les méchants, du méchant chez les bons et partout de l'instabilité.

La virilité de nos héros du petit écran patauge dans l'incertitude. Gregory House *(Dr House)*, Jack Bauer *(24 heures)*, Jack Shephard *(Lost)* et les autres traînent des traumatismes psychologiques et physiques quand leurs prédécesseurs étaient dotés de superpouvoirs. En dépit de ces faiblesses, qui les humanisent, leur mission reste la même : sauver une vie, des vies, le monde. Mais les ennemis (terroristes, serial killers ou forces paranormales), sont moins visibles et plus sournois qu'autrefois. Nos héros de série doivent donc réfléchir plus vite et agir sans perdre leur acuité. Rien ne doit les détourner de leurs objectifs.

Alors, pris entre des problèmes personnels et des menaces planétaires, où voulez-vous qu'ils trouvent le temps de faire l'amour ?

Ce n'est pas faute d'y penser. Nos héros ne sont pas asexués, loin de là ! La « chose » les travaille, mais ils ne se donnent pas le droit de s'abandonner au plaisir au milieu des périls. Ils acceptent les femmes dans leur entourage, mais ne les regardent que de temps à autre, dans une parenthèse entre la réflexion et l'action.

Plus tard chérie, j'ai le monde à sauver

Ces femmes, qui les maternent ou les tentent, ne demandent pourtant qu'à les aimer. Chacun d'eux en trouve une à ses côtés qui lui tend la main, le cœur et le corps. Sarah Tancredi pour Michael Scofield (*Prison Break*), Kate Austen et Juliet Burke pour Jack Shephard (*Lost*), Lisa Cuddy pour Gregory House (*Docteur House*) ou Sara Sidle pour Gil Grissom (*Les Experts*). Pourtant, il ne se passe rien ou presque. La guerre d'abord, l'amour après.

L'urgence leur sert-elle à masquer une impuissance ? Pas vraiment non plus. Si nos héros semblent dire aux femmes : « Plus tard ! Je dois d'abord sauver le monde ! », ils restent néanmoins dotés d'un désir en alerte. Mais ils le subliment et placent leur libido dans l'action. Junkie, torturé, irradié, Jack Bauer ne débande pas (il est toujours en « éraction »), le docteur Derek Shepherd (*Grey's Anatomy*), hésite entre sa femme et Meredith Grey et choisit la table d'opération. Même le plus attrayant des héros actuels, Patrick Jane (*The Mentalist*) qui connaît tout des arcanes du psychisme humain et de sa manipulation s'excite plus dans les joutes cérébrales qu'en présence de l'agent Teresa Lisbon. Elle n'en peut plus de le contempler sans aucun passage à l'acte. L'emblème de cette problématique est Gregory House, infiniment sexy avec sa barbe de trois jours, ses tennis et ses chemises fripées qui brandit sa canne comme pour dire : « J'ai un sexe comme tous les hommes et je peux m'en servir... mais pas maintenant ! ». Et si, finalement, nos héros n'étaient là que pour faire souffrir les femmes en les faisant attendre, comme Pénélope dut attendre Ulysse ?

Bien sûr, il y a des séries plus directement sexuelles comme *Nip/Tuck* ou *Californication* voire *Madmen*. Mais qu'y apprend-t-on du désir masculin ? Qu'il est tout sauf joyeux et que baiser à tout va n'apporte aucune joie profonde... La femme reste soit cette grande inconnue qu'il faut fuir de peur d'y perdre sa virile capacité à l'action, ou bien la future mère de ses enfants que l'on rejoindra plus tard, quand les saisons seront terminées, et que l'on pourra enfin s'attendrir après avoir été un héros invincible et tenace. Elle est loin l'époque des Starsky et Hutch ou des flics de *Miami Vice*, dont le sex-appeal était une arme aussi fatale qu'un revolver. Pour eux comme pour James Bond, la force d'action marchait de pair avec la force sexuelle. Signes des temps : les Twin Towers et le dollar s'écroulent, la crise est là. L'Occident doute tellement de sa seule capacité de séduction qu'il en vient à désexualiser ses héros emblématiques.

À chacun son célibat

Il y a ceux qui le subissent, ceux qui le décident, ceux qui le « customisent » et en font une adaptation très libre. Dans tous les cas, ils interpellent la notion même de couple. Profils.

PAR **MARIE-HÉLÈNE JACQUIER**

En quête de l'âme sœur ? Beaucoup. Tristes ? Parfois. Princes charmants à épouser ? Pas toujours. Combien sont-ils ? Impossible de le savoir exactement puisque le célibataire est par nature volatil dans les statistiques démographiques : célibataire un jour n'est pas célibataire toujours ! Quoi qu'il en soit, force est de constater qu'ils sont une véritable cible marketing (leur consommation, leurs loisirs…), presque une tribu à part. Influente. Dérangeante avec ses airs d'interroger : pourquoi le couple serait-il la seule voie pour être heureux ? « Ces nouveaux célibataires sont le symbole de la plus grande révolution que nous ayons connue, dans les années 70-80, celle du passage de la société traditionnelle en place depuis la préhistoire, où le destin social était le couple – et le célibataire un déchet car infécond – à la société moderne marquée par la primauté du sujet », explique le psychiatre et anthropologue Philippe Brenot. Aujourd'hui, ce nouveau célibataire qui, contrairement à la femme, peut décider à 50 ans de « se caser », d'avoir des enfants – modèle Hughes Grant, le quinqua qui fait fondre les femmes avec ses « comme tout célibataire, j'ai envie de passer à autre chose. Je cherche la mère de mes enfants » – est une sorte de héros contemporain. « Par sa liberté, il peut réaliser le fantasme masculin par excellence : les avoir "toutes" quitte à réaliser dans une sorte de polygamie séquentielle un couple amoureux de longue durée, dit Philippe Brenot. D'autre part, n'ayant pas renoncé au bonheur à deux, il souligne la nécessité de renouveler le modèle archaïque du couple. » Cinq hommes solos s'en expliquent.

PHOTO : WALDO SPERBER



« L'ivresse de la multitude me séduit »

Thierry, 41 ans, infographiste

« Elle m'a quitté. Ce célibat subi m'a d'abord déboussolé presque physiquement. Il se révèle être le bonheur : manger quand je veux, regarder la télé, ne m'occuper que de mon fils, voir mes copains sans réflexions acides, repenser mes priorités… Un couple est toujours régi par la loi du plus fort, même si celui-ci peut changer. Moi, j'ai tendance à me laisser asphyxier par l'autre, à me plier à son mode de vie pour avoir la paix. Les femmes sont moins conciliantes qu'elles l'affirment ! Alors, célibataire, je « me » retrouve ! C'est le calme après la tempête, un bol d'air, du temps pour me ressourcer… avant de me relancer dans la bataille. Car je suis un incorrigible : le bonheur à deux, c'est mon Graal. J'ai l'impression d'être fait pour le couple sans croire pour autant au modèle que l'on nous vend. En ce moment, c'est le plan relation libre dont j'ai besoin. Je suis très actif. Je suis inscrit sur Zoosk, sur Facebook. Il y a un côté consommateur – autant pour moi que pour les filles – et ivresse de la multitude qui me séduit. J'ai mes critères : le sourire, les mots… et le statut de célibataire. Si l'âme sœur se présente, *why not* ? »

« Le célibat m'a rassuré : je suis bien avec moi »

Pascal, antiquaire, 44 ans

« Je suis célibataire depuis plus de deux ans et pour moi, c'est exactement l'envers de mon idéal : la vie de couple dont j'aime la sécurité affective, la construction, le partage des petites choses du quotidien, le plaisir de faire quelque chose pour quelqu'un… Le célibat est une étape initiatique qui me permet de comprendre l'échec de mon couple, qui est aussi l'échec de mon modèle, celui du couple fusionnel. Je l'ai vécu pendant plus de 12 ans (en reproduisant inconsciemment le couple de mes parents qui fonctionne très bien) et c'est ce qui a provoqué l'implosion du mien. Grâce au célibat, j'ai découvert mon besoin vital d'espace intime. J'ai découvert aussi le luxe de ne plus demander la caution de l'autre pour les choses les plus anodines. Si j'ai envie d'être seul, je peux rester chez moi à bouquiner, regarder la télé, sans que ça déclenche des reproches. Le célibat m'a structuré, rassuré : je suis bien avec moi et je me débrouille très bien. Mais le couple est la grande aventure qui vaille la peine de se battre. En théorie, je veux en reconstruire un autre sur d'autres bases. En pratique, je doute de moi. »





« Mon idéal reste celui du partage et de l'intimité »

Antony, 25 ans, juriste

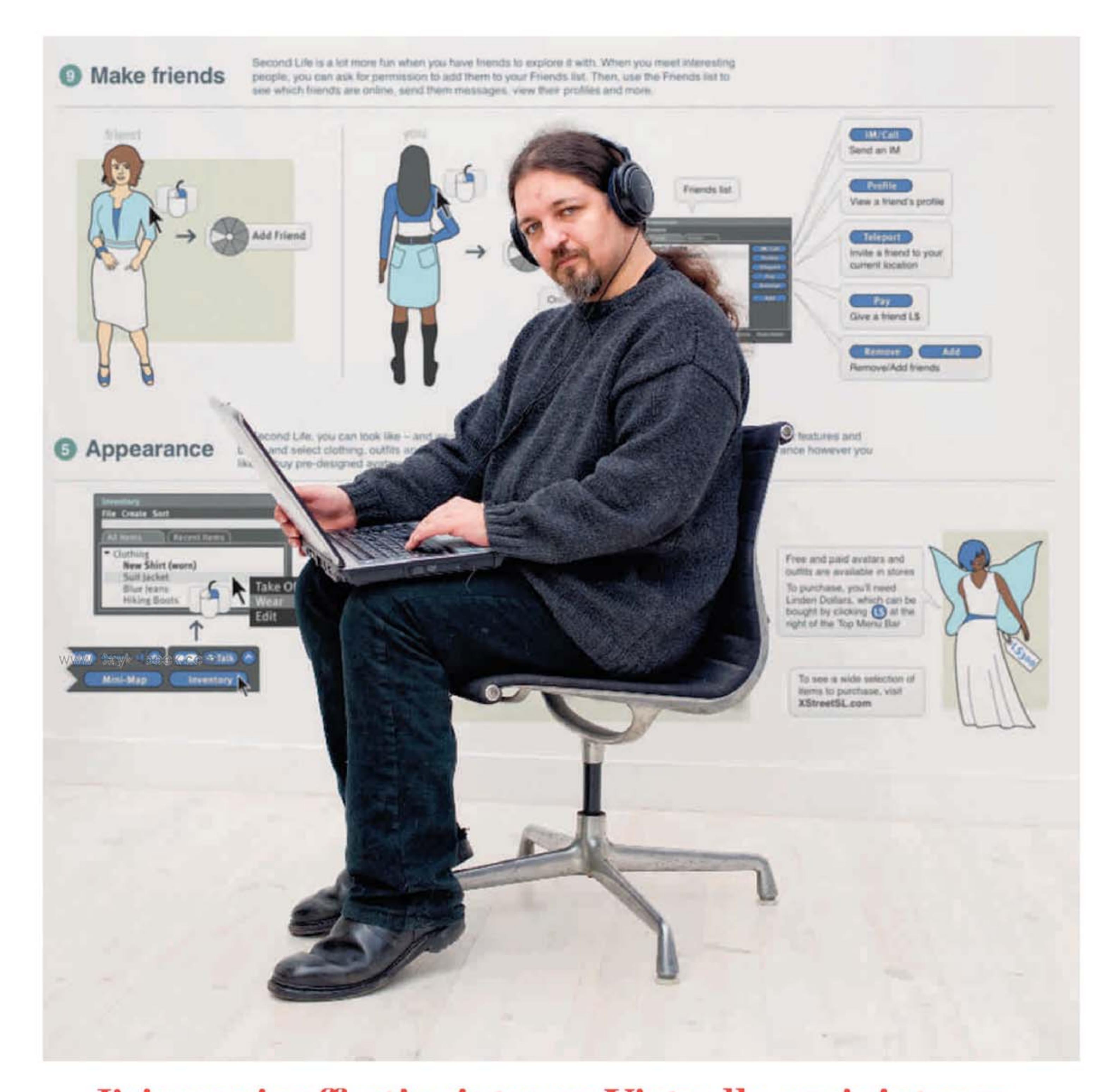
« Être célibataire à Paris, ce n'est pas l'être n'importe où : il y a une facilité des rencontres incroyable, la sensation d'être lâché sur un "marché". C'est le syndrome *Sex in the city*. Parfois, j'ai l'impression que ce n'est pas moi qui séduis une fille mais seulement la projection du « célibataire parisien ». Même les proches vous renvoient des stéréotypes qui flattent l'égo : "Tu sors beaucoup, tu t'éclates..." En réalité, on est épanouis professionnellement, mais immatures affectivement. Le "je" domine, le sentiment est mal perçu, à la moindre difficulté (jalousie, surinvestissement professionnel...), plus personne ! Je me demande qui y trouve son compte puisque rapidement, les filles qui affirment « ne pas vouloir d'attache » font de la surenchère pour être en couple... Paradoxalement, j'incarne ce célibataire parisien alors que j'ai vécu en couple dès 16 ans, pendant 6 ans et que mon idéal reste celui du « nous », d'une intimité où l'on peut avouer ses faiblesses. Je n'ai aucune envie de représenter le vieux célibataire qui roule en décapotable avec une femme de 20 ans de moins à ses côtés. »

« Quand je rentre chez moi seul, je suis serein »

Gérard, retraité, 63 ans

« Je suis formaté pour le célibat. J'ai divorcé il y a 17 ans pour être célibataire, me débarrassant de la culpabilité inhérente au couple. Même si ma femme ne m'empêchait pas de faire ce que je voulais – partir en randonnée avec des copains, faire de l'alpinisme – je me sentais coupable de la laisser avec les enfants, juste pour mon plaisir. On est tellement éduqué à croire qu'il n'y a de survie que dans le couple que j'ai eu peur de ne pas m'assumer : le ménage, le budget… J'y suis arrivé ! J'en suis fier ! Le célibat, c'est aussi se retrouver face à soi. D'ailleurs, des copains me disent « Tu as du courage, moi, je ne pourrais pas ». Quand je rentre chez moi seul, je suis serein. Je ne veux plus vivre en couple mais cela ne m'empêche pas d'avoir une vie affective (mes enfants, mon ex-femme, mes amis, des liaisons). En ce moment, je suis un célibataire « seul » et je ne fais rien pour retrouver quelqu'un. À mon âge, je risque de rencontrer une femme qui veut « refaire sa vie » et elle pourrait mal interpréter ma conception du bonheur à deux. Moi, je ne veux pas être accompagné du tout au quotidien ! »





« J'ai une vie affective intense. Virtuelle, mais intense »

Rachid, rentier, 42 ans

« Mon célibat n'est pas une solution de rattrapage, c'est le mode de vie qui me semble le plus adéquat avec ce que je suis profondément : un type qui veut ne rendre de compte à personne. J'ai des amis de mon âge qui s'affolent d'être seuls et se tournent vers Meetic, pas moi. Un jour, j'aurai peut-être des regrets mais pour l'instant, j'assume ! J'ai vécu plusieurs fois en couple et les désagréments m'ont semblé plus importants que les plaisirs. Mon célibat angoisse mon entourage. Mon père était catastrophé à l'idée que je finisse seul. Moi, je ne le suis pas ! J'ai une vie affective intense. Virtuelle, mais intense. J'ai même été marié dans un jeu de type « Second life ». J'étais Big Ben le troll et j'ai rencontré Sindi, une moniale. On appartenait à la même guilde, on faisait des quêtes… On passait huit heures par jour, ensemble, en ligne. On est tombés amoureux et on s'est mariés. Un grand mariage qui a duré avec la même intensité sentimentale jusqu'à la fin du jeu, pendant 4 ans, la durée de vie d'un couple dans la vraie vie. Même si on ne s'est jamais rencontrés, elle a été ma femme. Et qu'est-ce qui prime dans le couple ? Le sentiment, non ? »





3 MOIS DE LECTURE **GRATUITE**

OFFRE EXCEPTIONNELLE

1 AN (11N°)
+ 2 HORS-SÉRIES

POUR VOUS **39€ SEULEMENT**

AU LIEU DE ~~56€~~

SOIT **30% DE RÉDUCTION**

AGENCE TÉ

BULLETIN D'ABONNEMENT

À RENVOYER sous enveloppe affranchie à : PSYCHOLOGIES MAGAZINE - Service Abonnements - BP 50002 - 59718 Lille cedex 9

☑ **OUI, je m'abonne à Psychologies magazine** et je choisis ma formule :

- ❐ **1 AN (11 numéros) + 2 hors-séries pour 39 €** au lieu de ~~56 €~~*, soit **une réduction de 30%** équivalant à **3 mois de lecture gratuite.**
- ❐ **1 AN (11 numéros)** sans hors-séries pour **36 € seulement** au lieu de ~~44 €~~*, soit **plus de 15% de réduction.**

Je règle par :

❐ Chèque bancaire à l'ordre de **Psychologies magazine**

❐ Carte bancaire N° |_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|

Date de validité |_|_|_|_|

Cryptogramme |_|_|_| Les 3 derniers chiffres au dos de votre carte dans le cadre signature.

PY561

Date et signature obligatoires

❐ Mme Nom : ....

❐ Mlle Prénom : ....

❐ M. Adresse : ....

.... Code postal |_|_|_|_|_|

Ville : ....

Date de naissance |_|_| jour |_|_| mois |_|_|_|_| année

Tél. |_|_|_|_|_|_|_|_|_|_| Portable |_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|

E-mail : .... @ ....

❐ j'accepte que mon E-mail soit éventuellement transmis à des partenaires

Offre réservée à la France métropolitaine, uniquement pour un 1er abonnement, valable jusqu'au 13/08/2010. Prix de vente public au numéro : (11 numéros à 4 € = 44 €) + (2 hors-séries à 6 € = 12 €) = 56 € Service Abonnements : 02 77 63 11 27. Pour l'étranger : 00 33 2 77 63 11 27. Après enregistrement de votre règlement, vous recevrez sous 4 semaines environ votre 1er numéro de Psychologies. Si vous n'êtes pas satisfait par votre abonnement, nous vous rembourserons les numéros restant à servir sur simple demande écrite. Conformément à la loi « Informatique et libertés », vous disposez d'un droit d'accès et de rectification des données vous concernant. Vos coordonnées peuvent être transmises à nos partenaires sauf opposition de votre part ❐.

Psychologies – 149 rue Anatole France 92534 Levallois-Perret cedex. RCS Nanterre 326 929 528.

Comme l'écrivain David Foenkinos, je considère mon fils comme une continuation de moi-même [p. 62] et la psychanalyse me rassure sur l'importance de mon rôle de père [p. 67]. Pour raffermir nos liens, je peux l'emmener dans un stage père-fils au milieu d'une nature intacte [p. 76]. Si j'ai une fille, je dois aussi lui prêter une attention particulière : c'est à moi (ou contre moi) qu'elle se réfèrera pour choisir son futur compagnon [p. 70]. Quelles souffrances pourrait-elle me reprocher si je l'oubliais ? [p. 74]

MES ENFANTS

PHOTOS **NAN GOLDIN**

La gloire de mon fils



Écrivain, David Foenkinos a obtenu le prix Roger Nimier en 2004 avec *Le Potentiel érotique de ma femme,* Gallimard. Il consacre l'essentiel de son œuvre romanesque à l'amour. Dernier titre : *La Délicatesse,* Gallimard 2009.

Avec ses questions incessantes, mon fils de 6 ans m'a converti à l'écologie, à la philosophie et à la métaphysique. J'en ai profité pour retomber en enfance. Et devenir **le héros** de sa classe.

PAR **DAVID FOENKINOS**

Les enfants passent leur temps à se projeter dans le futur. Mon fils commence souvent ses phrases par cette formule : « Quand je serai grand... » Ou alors, il me pose des questions : « À quel âge je pourrai conduire ? Et pourquoi je ne vote pas ? Est-ce que je peux prendre l'ascenseur tout seul ? » Il a 6 ans et, à l'écouter, sa vie est une longue succession de limitations et de frustrations. Et moi qui tente d'en faire un petit garçon épanoui ! J'essaie de lui expliquer les avantages de sa condition : « Tu passes beaucoup de temps à t'amuser, tu n'as pas de responsabilités, tu ne fais pas les courses et le ménage... » Du coup, je dresse un portrait terrible de la condition d'adulte ! Car moi, je ne m'amuse plus et je passe mon temps à faire de la logistique domestique. Et je me dis : je préférais quand j'étais enfant !
Je pourrais commencer mes phrases en disant : « Quand j'étais petit... », et penser à cette époque où je n'avais pas tous les soucis que j'ai maintenant. >>>



>>> D'ailleurs, j'écoute souvent la chanson d'Alain Souchon, véritable ode à la régression : *J'ai 10 ans*. Conclusion : quand on est petit, on veut avoir les responsabilités des grands. Et quand on est grand, on rêve de retrouver l'état d'insouciance absolue de l'enfance. Pour reprendre un autre titre de Souchon : on est *Jamais content* ! Il faudrait peut-être inverser les rôles de temps en temps. C'est ce que je fais souvent, en fait, lors d'un jeu où je suis mon fils et où il est mon père (à la lecture de cette dernière phrase, je me dis que Françoise Dolto, là où elle est, doit se retourner). Je fais alors tout ce qu'il me dit. Et il est ravi. Il essaye de bien s'occuper de moi, et puis, finalement, je me jette sur lui pour lui faire plein de bisous en disant : « Oh que j'aime mon papa ! » C'est là, en général, que le jeu dérape. Mais je sens bien à quel point il a pris à cœur ces moments de fausse responsabilité.

On voit l'émerveillement des enfants quand on leur demande quelque chose d'un peu adulte. À 6 ans, un enfant sera presque plus content de mettre la table que de jouer aux billes. Et ne parlons pas de passer l'aspirateur ou de laver le sol (non, je ne transforme pas mon fils en Cosette… il aime vraiment ça !). C'est bien pratique pour le moment, mais je sais qu'un jour il rejettera l'idée même de laver une assiette. Peut-être que c'est ça, le début de la maturité : quand les tâches ménagères deviennent des corvées. Oui, quand je serai grand, eh bien, j'achèterai un lave-vaisselle.

À 6 ans, un enfant est presque plus content de mettre le couvert que de jouer aux billes.

La mouette, Blanche-Neige et la pomme bio

Entre chaque dessin animé, les mêmes messages tournent en boucle : « Pour être en forme, évite de grignoter dans la journée. » Ou encore : « Pour bien grandir, mange au moins cinq fruits et légumes par jour. » Très bien ! On sensibilise les enfants. Mon fils répète cette phrase à chaque repas. Et si le compte n'y est pas, je me fais rappeler à l'ordre. Tous les soirs, j'ai l'impression de faire dîner un épicier. Rien à dire : la télé, c'est puissant. Ils devraient faire des messages pour les devoirs, pour se laver les dents, pour faire des câlins à son papa… Oh, ce serait bien ! Je pourrais alors prendre des vacances, et laisser la télé allumée… Bon, j'exagère, c'est sûr. D'autant que, comme tous les parents, je me bats pour que mon fils ne la regarde pas trop.

Pour revenir aux spots, je trouve qu'ils ont une vraie utilité. Et je vois qu'ils sont efficaces. Alors pourquoi ne pas les décliner à volonté ? Leur corps, leur santé, c'est important, bien sûr, mais le monde dans lequel ils vivent l'est tout autant. On pourrait faire des messages écologiques : « Ne laisse pas couler l'eau du robinet pendant que tu te laves les dents », « Ne jette pas les papiers de bonbons avec les peaux de bananes »… Bon, il y aurait peut-être un risque de confusion entre les messages. L'enfant pourrait s'y perdre : « Je ne sais plus si je dois éteindre la



On devrait réécrire les contes façon écolo et repeindre les Schtroumpfs en vert.

lumière en mangeant mon deuxième fruit de la journée... » Et puis, la boucle des annonces risquerait de noyer les héros des dessins animés. Entre deux messages verts, la panthère parviendrait-elle à rester rose ?

Le mieux serait finalement d'allier les deux. L'éveil écologique de mon fils, c'est à *La Mouette et le chat* que je le dois. La mouette, impuissante, meurt engluée à cause du pétrole qui pollue la mer. Ah, les méchants pétroliers ! Je me souviens à quel point il avait été choqué de voir ce pauvre oiseau mourir d'incapacité à voler. Quelle torture ! Alors il faudrait peut-être réécrire nos contes en version écologique... Voilà une idée ! Blanche-Neige mangerait une pomme bio. Le problème, c'est qu'elle ne pourrait pas dire aux nains : « Ne mangez pas trop gras, trop sucré, trop salé. » Cendrillon fuirait dans un carrosse qui roule au colza. On pourrait repeindre les Schtroumpfs en vert. Et le chevalier ferait attention d'éteindre la lumière avant de partir délivrer la princesse des griffes du dragon. Et puis, bien sûr, ça se terminerait ainsi : « Ils se marièrent et eurent beaucoup d'enfants adeptes du tri sélectif. »

Dieu, Rabbi Jacob, le père Noël et la politique

L'autre soir, ils passaient *Les Aventures de Rabbi Jacob* à la télévision. Un grand classique... de la rediffusion ! Mon fils a un âge où nous pouvons commencer à voir des « films d'adultes » ensemble. Je revois avec une joie immense *Maman, j'ai raté l'avion !* ou *La Soupe aux choux*. Oui, nous allons tout de même attendre encore un peu pour Truffaut ou Visconti. *Rabbi Jacob*, je me dis que c'est peut-être l'occasion de lui expliquer les religions. Je me lance alors dans une tentative de définition du concept de Dieu. Je schématise : « Il y a quelque chose dans le ciel, mais on n'est pas sûr qu'il existe. Certains y croient et d'autres n'y croient pas. » « Tu parles du père Noël ? » me demande-t-il. Je me dis qu'on est mal partis, mais finalement peut-être pas tant que ça. Dieu et le père Noël ont tous les deux des barbes et vivent dans le ciel, et puis on espère des cadeaux de l'un comme de l'autre. Sauf que personne ne se déguise en Dieu. J'essaye de peaufiner ma définition, car « quelque chose », c'est tout de même un peu flou ! Mais comment définir une entité ? Plus j'avance, plus je recule. J'ai l'impression qu'avec moi, mon fils ne parviendra jamais à comprendre quoi que ce soit. Louis de Funès sera sans doute plus efficace. Coupant court à toutes mes hésitations, mon fils me dit subitement : « Mais Dieu, je sais très bien qui c'est. On le trouve dans les vieilles histoires. » Ah oui... il parle de la Bible, sûrement. Et il enchaîne : « Mais il était déjà très vieux, alors maintenant, il est mort ! » Quoi ? Dieu est mort ? Mon fils paraphrase déjà Nietzsche !

Que c'est difficile d'expliquer certains concepts à nos enfants. Je me souviens d'avoir essayé de lui définir, pen- >>>





>>> dant l'élection présidentielle, l'idée de la politique. Lui dire qu'il existait grosso modo deux possibilités : être de gauche ou être de droite. Le pauvre venait à peine de maîtriser sa gauche et sa droite, et voilà qu'on lui demandait de choisir. Et puis franchement, quel était le rapport entre l'élection présidentielle et le fait qu'il faille regarder à droite et à gauche avant de traverser la rue ? « Moi je vote pour le piéton vert, de toute façon », voilà ce qu'il aurait pu me dire. Et moi, je continue de m'enfoncer dans mon sentiment de brouiller le cerveau de mon fils. Mais là, à l'instant où j'écris, il vient vers moi pour me poser cette question qui m'achève : « Mais Dieu… est-ce qu'il vote à gauche ou à droite ? »

Je continue de m'enfoncer dans le sentiment d'embrouiller le cerveau de mon fils.

Comment je suis devenu un super-héros chez les CP

Il y a quelques jours, j'ai fait une rencontre avec les élèves de sa classe de CP. Ils recevaient un écrivain. J'ai déjà vécu de belles choses dans ma carrière, discuté avec des poètes moustachus en Roumanie, fait des conférences dans des universités en Ukraine. Mais là, je ne peux pas l'expliquer, j'étais tout impressionné. Les enfants me regardaient comme si j'allais leur révéler un secret. Et puis, au milieu de tous, je voyais la petite tête de mon fils, un peu fier quand même. Et je dois l'avouer : j'étais fier qu'il soit fier. Aussitôt, j'ai été frappé par le pragmatisme de leurs questions. Simon m'interrogea le premier : « Est-ce que vous avez posé une RTT pour venir nous voir ? » C'est vrai, ça. Qu'est-ce qu'un adulte censé avoir un travail venait faire un mardi matin à l'école ? J'ai expliqué que je n'avais pas de patron, que je pouvais travailler quand je voulais, où je voulais. J'ai frappé fort d'entrée, en créant une sorte de super-héros que l'on pourrait appeler *Freeman*. Pour les lecteurs qui seraient limités en anglais, je traduis : l'homme libre.

Et puis on m'a posé une deuxième question : « Comment faites-vous, monsieur, pour mettre vos livres partout dans les étagères ? » C'est vrai, comment je fais ? Comment leur expliquer la distribution, la diffusion ? Ils imaginent l'écrivain comme un copieur du père Noël, qui passé dans les cheminées de toutes les librairies pour y déposer ses livres. Bon d'accord, mes romans ne sont pas forcément des cadeaux pour tout le monde. En deux questions, j'étais devenu *Freeman in the air*. Je traduis pour… enfin, pour qui vous savez, je ne vais pas les stigmatiser tout au long de cette chronique : L'homme libre dans les airs. Ensuite, j'ai expliqué que j'étais publié dans de nombreux pays. Je leur ai montré mes livres en coréen ou en anglais, mais, très vite, nous sommes revenus à l'essentiel : « Monsieur, est-ce que vous mangez pendant que vous écrivez ? » Je vous épargne ma réponse, mais en sortant de l'école, j'étais *Sandwich freeman in the air*. J'ai vraiment adoré leurs questions. J'ai revu mon métier d'écrire avec la naïveté de leur regard. Et peu importe le métier, c'est certain. Chacun y trouverait quelque chose d'émouvant, redécouvrirait les rouages oubliés de sa mécanique. En plus de la visite médicale annuelle, on devrait instaurer pour chaque employé une visite en classe de CP.

GABRIELLE RUBIN

« Pas de pères, pas de civilisation »

Pour la psychanalyste, il est nécessaire que les pères soient reconnus et soutenus par la famille et la société. Car ils sont essentiels à la **construction** de l'enfant, et donc de notre avenir.

PROPOS RECEUILLIS PAR **FLAVIA MAZELIN**



Gabrielle Rubin est l'auteur de nombreux ouvrages dont *Pourquoi on en veut aux gens qui nous font du bien* (Payot, 2007). Dans son livre *Il faut aider les pères* (Payot, 2008), elle décrit les enjeux de la paternité.

PHOTO : ©PHILIPPE MATSAS/OPALE

***Il faut aider les pères*, le titre de votre livre sonne comme un véritable SOS. Vont-ils donc si mal ?**

Gabrielle Rubin : Ce n'est pas moi qui le dis mais le « malaise dans la société » dont nous souffrons tous et dont les enfants sont les principales victimes. La montée en puissance de ce que l'on appelle « les incivilités », la justice qui n'inspire plus de respect, les professeurs chahutés, les policiers agressés… tout cela traduit un rejet symptomatique de toutes les formes d'autorité. Autorité qui était autrefois représentée dans la cellule familiale par l'homme et incarnée dans la société par l'école, la justice et la police. Une société se construit à partir du père, c'est lui qui énonce le permis et l'interdit, qui met des limites, qui coupe le lien fusionnel entre la mère et l'enfant. Or, il a partiellement perdu sa fonction de représentant de la loi. Autant la relation mère-enfant continue à aller de soi, autant le rôle du père est devenu flou : s'il n'incarne plus la loi pour le petit enfant, qui le fera ? >>>

>>> **Qu'est-ce qui les empêche aujourd'hui de tenir ce rôle dans la famille ?**

G.B. : Principalement leur absence de reconnaissance par la société. Nous sommes progressivement passés d'une organisation hiérarchique verticale à une organisation horizontale, ce qui est un progrès de civilisation évident, mais cela a entraîné un inévitable brouillage des rôles et des repères dans les familles. L'autorité ne vient plus d'en haut, tout le monde est au même niveau. La différenciation entre les générations est de plus en plus floue. Le père apparaissait comme puissant dans sa famille et dans la société, parce qu'il bénéficiait du même fantasme de puissance et de protection qui entourait les grandes figures de l'autorité (roi, pape ou chef d'état). Aujourd'hui, ce soutien n'est plus là, mais nous exigeons de lui qu'il remplisse un rôle qu'il ne lui est pas possible d'assumer seul.

« Le rôle du père est devenu flou, s'il n'incarne plus la loi pour le petit enfant, qui le fera ? »

« Au niveau symbolique, le rôle paternel et le rôle maternel ne sont pas interchangeables. »

Faudrait-il revenir à un modèle du type pater familias, tout-puissant dans sa famille ?

G.B. : Certainement pas ! Je dis seulement, en tant que psychanalyste, qu'un enfant a besoin, pour se construire, de fantasmer son père comme solide et puissant. S'il l'est dans la réalité, c'est parfait. S'il ne l'est pas, la société, en reconnaissant et en valorisant l'autorité paternelle, permet à l'enfant de le fantasmer ainsi. Ce qui est loin d'être le cas aujourd'hui. Les pères qui ne sont plus respectés ni valorisés, renoncent à leurs différences et se maternisent chaque jour davantage. Or, on ne peut pas faire, sans risque pour l'enfant, donc pour la société toute entière, la promotion du « papa copain » ou du « père mère » !

Cela voudrait-il dire par exemple qu'un homme au foyer est une entrave à la bonne construction de l'enfant ?

G.B. : L'enfant, fille ou garçon, a besoin d'admirer son père. Et si c'est un fils, il doit avoir envie de lui ressembler et de se mesurer à lui, c'est cela qui lui permet de grandir. Si par exemple la société valorisait les tâches ménagères pour les hommes, cela ne poserait aucun problème, mais nous ne sommes pas dans ce cas de figure. Si le père travaille à domicile, s'il est artiste par exemple, c'est différent. Son activité est admirée par la société et peut donc être un motif de fierté ou une référence pour l'enfant. Les rôles paternels et maternels ne sont pas interchangeables au niveau symbolique. Ce qui, bien sûr,ne veut pas dire qu'un père ne doit pas câliner son enfant ni en prendre soin au quotidien.

La mère peut-elle aider à la restauration de l'autorité paternelle ?

G.B. : Il est essentiel que le père bénéficie d'une vraie reconnaissance dans son foyer, en premier lieu de la part de la mère. Ce qu'elle pense influence profondément ses enfants. C'est donc à elle qu'il revient, par son attitude et sa parole, de l'encourager à habiter pleinement sa fonction de gardien de la loi. Encore faut-il qu'elle renonce à jouer tous les rôles. Je pense également que, pour contribuer à la restauration de l'autorité paternelle – tout en respectant l'égalité entre les sexes – il faut accepter que les rôles de l'homme et de la femme puissent être identiques à l'extérieur de la famille, tout en étant dissemblables à l'intérieur. Si l'on veut en effet sauver l'idée symbolique de père et de mère, il nous faut différencier leurs rôles. Ce sont là des bases de réflexion, des points de départ, car le nouveau père, et c'est un beau défi, est à inventer.


AZZARO
CHROME
CHROME
AZZARO
Vivez des expériences uniques et partagez-les
www.entre-un-pere-et-son-fils.com



Les filles dans l'œil du père

*Le père d'aujourd'hui est plus proche de ses filles. Mais les enjeux inconscients restent les mêmes : **la vie amoureuse** de la femme qu'elle deviendra dépend du regard qu'il lui aura porté.*

PAR **LAURENCE LEMOINE** ET **CHRISTILLA PELLE-DOUEL**

« J'ai obtenu la garde de mes filles il y a dix ans. Je suis très fier d'avoir mené à bien ma mission, mais j'ai toujours été conscient de ne pas avoir pu leur donner tout ce dont elles avaient besoin. J'ai essayé de compenser l'absence de leur mère, de faire des câlins, mais ça ne me correspondait pas. Instinctivement, j'ai évité le côté "père distant", j'ai essayé de les suivre au quotidien. C'est un apprentissage : les vêtements, les chaussures, le maquillage, les régimes ! » Romain, 54 ans, divorcé, expérimente tous les jours la complexité des relations pères-filles. Le pédopsychiatre Patrice Huerre[1] s'est d'ailleurs penché sur la population des pères célibataires : « Comme les mères solos, ils ont développé une relation particulière avec leur enfant, dans un registre qui leur est propre : pas trop de câlins, mais beaucoup d'attention. Une paternité d'un nouveau type, en somme. » Un constat que confirme le psychanalyste et psychosociologue Jean-Claude Liaudet : « L'image du père renvoie autant à l'amour qu'à l'autorité et de façon nouvelle. En d'autres siècles, c'était par amour que l'on châtiait. Aujourd'hui, le père s'est rapproché de son enfant,

PHOTO : NAN GOLDIN



il s'identifie plus facilement à lui, il reconnaît en sa fille, comme en son garçon, une continuation de lui-même. »[2] La fonction du père dans la construction psychique de ses enfants a-t-elle pour autant changé ? Non, répond le psychanalyste Didier Lauru : « dans le fantasme, il demeure le principal support de l'autorité. La grosse voix, les interdits, c'est lui. » De leur côté, en dépit de leur apparente émancipation, les filles continuent de grandir sous l'œil de leur père. Il n'est jamais loin lorsqu'elles deviennent femmes, et toujours en arrière-plan lorsque leur sexualité leur pose problème.

Regarder pour accompagner

« Je suis frappé par l'insistance avec laquelle les femmes, sur le divan, évoquent le regard de leur père, au sens propre du terme, constate Didier Lauru. Comme si ce regard, tour à tour teinté d'amour ou de déception, d'admiration ou de réprobation, était une espèce de baromètre de leur relation. Comme s'il existait également un lien entre la qualité de ce regard et les difficultés qu'elles rencontraient dans leur vie amoureuse ou leur sexualité. » C'est le poids de ce regard que bien des pères ont du mal à évaluer, faute d'en connaître les conséquences. >>>

>>> « Il y a sûrement des choses que j'ai ratées, admet Jean-Jacques, 58 ans. Je pense que j'ai été assez dur avec Pauline. En troisième, elle a traversé une crise : copains limites, vêtements et maquillage douteux... Nous nous sommes souvent accrochés. » Lassée de ces frictions, Pauline est allée vivre chez sa mère, et les rapports avec son père se sont distendus. « J'espère que ça s'arrangera, dit Jean-Jacques. J'en suis malheureux. »

Sculpter la femme en devenir

Quelle que soit sa configuration familiale – marié, remarié, séparé ou veuf – le père se trouve devant sa fille comme un sculpteur devant un bloc de pierre. Il doit anticiper la femme en devenir et l'aider à advenir. Son regard, plus ou moins valorisant, est ce qui l'autorisera à accomplir sa féminité ou, au contraire, l'en empêchera. Bien sûr, la mère possède aussi sa part de responsabilité dans ce processus. Mais le père sera l'homme idéal de l'imaginaire de sa fille, celui qui a posé le premier regard d'un homme sur elle, ce regard qu'elle cherchera dans ses amants futurs. Que son partenaire ressemble à papa ou qu'il soit exactement son contraire, c'est lui qui aura servi de référence. Voilà donc le père investi d'une lourde responsabilité. « Ce qui est compliqué pour le père, reconnaît Didier Lauru, c'est de trouver ce regard qui contienne suffisamment d'amour pour permettre à sa fille d'avoir confiance dans sa capacité à séduire et de se construire comme sujet pensant, mais pas trop non plus pour ne pas l'empêcher de vivre sa vie et d'aimer ailleurs. »

Autrement dit, il lui faut porter un regard « juste ». Mais qu'est-ce qu'un « regard juste » ? « C'est un regard d'amour filial, à la fois porteur d'un discours sur sa féminité naissante et garant de l'interdit de l'inceste, continue le psychanalyste. Un regard qui dit, avec ou sans mots d'ailleurs : "Tu es jolie, tu es intelligente, un jour tu pourras plaire à qui tu veux, tu pourras être aimée d'un homme qui ne sera pas moi". »

Mieux vaut un regard juste avec ses maladresses que pas de regard du tout.

Trouver la bonne mesure

Dans la vie quotidienne, ce regard à bonne distance n'est pas toujours aisé à tenir. Même un spécialiste comme le pédopsychiatre Marcel Rufo, père d'une fille, admet une pratique imparfaite : « Je me reprocherais volontiers de ne pas avoir été assez proche de la petite fille qu'elle était au primaire. Ensuite, je critiquerais le père excessivement fier d'elle que je suis devenu. Au point que, parfois, elle croit que je ne suis "que" fier d'elle... Au fond, je suis un père banal, sans plus d'arguments que n'importe quel père. J'ai parfois envie d'être psy avec ma fille, mais ça ne marche jamais. »

Il n'empêche, mieux vaut la tentative d'un regard juste avec ses maladresses que pas de regard du tout. Devenue grande, la petite fille qui n'a pas été portée dans l'œil de son père sera creusée d'un besoin d'amour insatisfait. « Plus tard, dans ses relations amoureuses, elle sera en demande permanente de quelque chose qu'elle ne pourra pas obtenir puisque ce qu'elle espère n'a pas existé », dit Didier Lauru.

Le père devra aussi accepter d'être bousculé de son piédestal par sa fille, s'il veut la voir franchir en douceur les étapes de son parcours sentimental. « Désidéaliser son père, c'est parvenir

« Corriger une situation proche de celle d'un couple »

Marc, 49 ans

« Le plus dur, c'est l'absence de ma femme, décédée il y a huit ans. Moïra et moi, nous la ressentons toujours. Notre relation est très forte. Être seul face à une enfant unique, de sexe opposé, cela crée quasiment une relation de couple : on se raconte la journée en tête à tête, on organise les week-ends ensemble... La relation d'autorité y est, mais il y a autre chose, de plus proche, de plus étroit. D'ailleurs, Moïra aussi doit le ressentir, car malgré son angoisse d'abandon, elle a demandé à être pensionnaire depuis septembre dernier. Moïra a traversé une vraie révolte contre l'école. Elle était en décalage avec les autres filles de son âge, parce qu'elle est restée très petite fille, très proche de son papa, à la différence des autres. On évoque très souvent la maman de Moïra. Mais bien sûr, le manque de mère est irréparable. »

à voir son père réel derrière l'image, explique Didier Lauru. C'est aussi renoncer à être celle qui comble son désir. » C'est donc se donner la liberté d'aller voir ailleurs.

Chasser l'ambiguité

L'écueil majeur de la relation d'un père et de sa fille est l'inceste. « Il lui faut résister aux tentatives de séduction de sa fille, et énoncer clairement l'interdit de l'inceste, prévient Jean-Claude Liaudet. C'est-à-dire une loi qui est ce qu'elle est : cela ne se peut pas et n'a pas à être justifié. Alors, la fille comprendra que ce n'est pas parce qu'elle est dépourvue de qualités que son père la refuse. Il est important que le père ne lui laisse pas croire qu'elle n'est "pas assez bien pour lui". Et qu'il ne lui laisse pas entendre que si la loi le permettait elle serait son épouse préférée. »
Si l'inceste avéré est rare, les situations ambigües le sont moins. Les pères ont, comme les mères avec leurs petits garçons, à composer avec des désirs incestueux inconscients qui peuvent transparaître à leur insu. De leur côté, du fait de leurs propres désirs œdipiens et de leur envie de leur plaire, les filles peuvent interpréter certains regards de leur père comme des tentatives de séduction.
Quoiqu'il en soit, préviennent les psychanalystes, si le père ne renonce pas à s'approprier sa fille, elle aura alors les plus grandes difficultés à se détacher de lui pour trouver un compagnon. »
En grandissant, la fille comprendra que c'est en refusant de répondre à sa demande d'amour absolu qu'il lui a offert la liberté de construire sa propre vie. C'est cela « le regard juste » : un cadeau ni trop léger, ni trop lourd.

1. *Patrice Huerre et Christilla Pellé-Douël,* Pères solos, pères singuliers? *Albin Michel, 2010.*
2. *Jean-Claude Liaudet,* L'Art d'être père. *Albin Michel 2008.*

ÊTRE UN HOMME SELON...

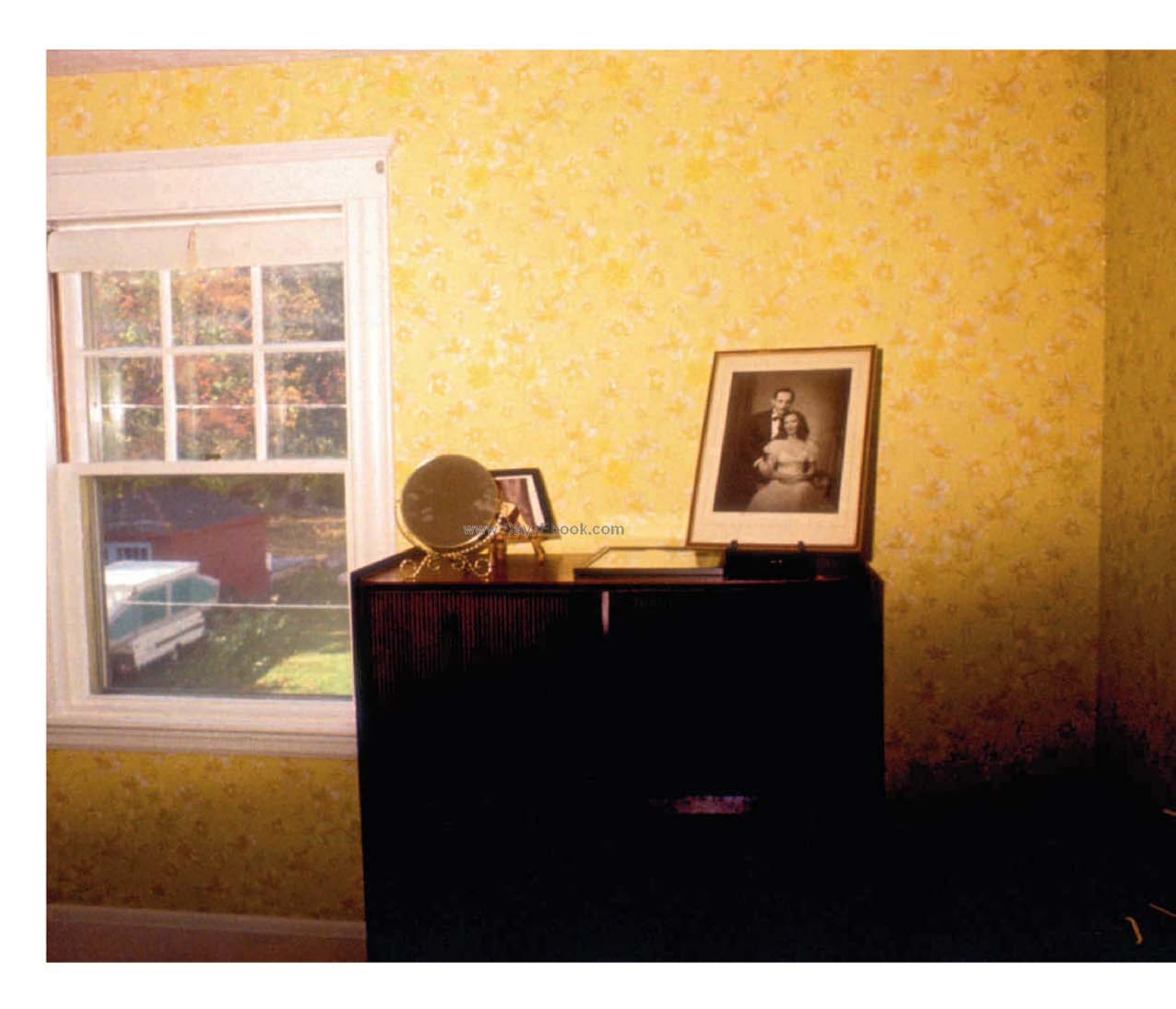


... Karin Viard

« Je me suis façonnée contre mon père »

« Je ne supporte pas l'autorité masculine ! Je peux comprendre l'autorité féminine, mais avec les hommes, c'est impensable, j'ai l'impression qu'ils veulent me soumettre. C'est lié à mon père. Il me faisait peur. J'ai des rapports assez conflictuels avec lui. Je ne sais pas s'il est fier de la réussite de sa fille, nous ne nous parlons pas. Comme je répète que cette réussite ça n'est pas à lui que je la dois... Enfin, pas si sûr, puisqu'en me privant de certaines choses, il m'a obligée à me façonner "contre". Aujourd'hui, j'ai identifié ce qui est nocif pour moi, et je m'en éloigne...
Quand j'étais jeune fille, je ne savais pas quoi faire du regard érotisant que les hommes pouvaient poser sur moi. Ça me faisait rire, j'en jouais, mais ça ne m'appartenait pas. Quand j'étais enfant, mon grand-père ne posait pas sur moi le regard d'un père fier de sa fille, ce regard qui embellit. Donc, plus tard, quand on me disait "Tu es belle", je ne savais pas quoi faire, je ne savais pas en jouer. Charmer, je ne savais pas. Et malgré cela, j'ai beaucoup plu aux garçons !
J'ai reconnu d'emblée l'homme avec qui j'aurai des enfants, il y avait une familiarité. J'étais vraiment bien avec lui, il était apaisant. Je voulais des enfants et j'avais confiance dans le père qu'il pouvait être...
Quand on découvre l'amour d'un enfant, le mec est relégué très loin derrière. Il faut que l'homme soit suffisamment fort pour redresser la barre. Le mien l'a fait, et j'ai pu l'entendre. "

Extrait de Psychologies magazine, *octobre 2009.*



Comment se construire quand on ne connaît quasiment rien de son géniteur ? Quand on ne sait pas s'il a fui la famille ou si la famille l'a fait fuir ? Et que peuvent signifier des retrouvailles après un silence de 30 ans ? Lettre d'une fille à son père **manquant.**

PAR **SANDRINE PITARQUE**

« À toi, l'absent... »

« Ça commence mal… je ne sais pas comment m'adresser à toi. Papa ? Impossible, ce mot ne fait plus partie de mon vocabulaire depuis environ 33 ans. Jules ? C'est le nom que te donnaient ma mère et sa famille mais ce n'est pas vraiment le tien. Julio ? Le voilà, ton vrai prénom, mais on le dirait sorti d'un mauvais 45 tours des années 80. Alors, bon, je commence comme ça, sans chapeau à ma lettre. Tête nue !

Te souviens-tu de la semaine que nous avons passée à Paris ? Bien sûr, tu t'en souviens, comme je m'en souviens et m'en souviendrai toute ma vie. Les seuls moments que nous ayons passés ensemble, toi et moi, après toutes ces « années d'errance » comme dit Barbara. Avant, tu étais parti ou tu étais interdit de visite. Après, c'est moi qui n'ai plus cherché à te revoir. Tu es venu, pendant une semaine, travailler dans ma nouvelle maison. Un bien grand mot pour ce petit studio au fond d'une cour pavée, mais c'était ma maison, la première que j'ai achetée. Nous avons passé tous les soirs de cette semaine à parler. De moi, de toi, mais surtout du passé. Enfin, j'entendais ta version des faits, sur votre mariage, votre séparation. Enfin, je pouvais tenter de reconstituer ma version de mon histoire, à partir non seulement de tout ce que m'avaient toujours raconté ma mère et ma grand-mère, mais aussi à partir de ta subjectivité. Celle d'un homme écrasé par cette famille fusionnelle, d'un étranger parlant à peine la langue et sommé de gagner néanmoins l'argent du ménage, celle d'un amant évincé dès la naissance du premier enfant.

Un soir, dans le bar à vin que nous avions choisi pour dîner, la serveuse nous a dit : « Ah, on voit bien que vous êtes père et fille ! » Tu as souri et rougi. Il y avait de la fierté dans tes yeux. Je n'ai rien dit, mais cette phrase a été pour moi comme une déflagration. Oui, cet homme à côté de moi est mon père. Même une serveuse au restaurant peut le reconnaître. Et pourtant, je n'ai jamais connu cet homme. Il est parti quand j'avais cinq ans. Ça a été une telle catastrophe pour moi que j'ai tout oublié de lui. J'ai si bien effacé de ma mémoire ces cinq premières années de ma vie que même huit ans d'analyse ne me les ont pas fait retrouver.

Tout à coup, la présence de cet homme, toi, dont je ne reconnaissais rien, si ce n'est ta manière d'allumer tes cigarettes, qui m'avait tout de suite replongée dans l'appartement où nous vivions avant ton départ (on a la Madeleine qu'on peut !), cette présence physique me faisait prendre conscience de ton absence. Cette femme te reconnaissant pour mon père, me faisait physiquement ressentir tout ce qui m'avait manqué.

De père, je n'en ai jamais eu, ni pour le meilleur, ni pour le pire. Tu existais, mais ailleurs, sans moi, sans même prendre contact avec moi. Je me suis construite avec cette absence. Avec elle, sur elle, contre elle. Absence d'un tiers qui aurait dû m'aider à me détacher de l'amour fusionnel de ma mère. Absence d'un regard d'homme sur mon corps devenant celui d'une femme. Absence de lien à la moitié de mes ascendants, à la moitié de mon histoire, à cette moitié qui me donne mon nom.

Longtemps, j'ai haï les hommes, comme ma mère me l'avait appris. Je les ai méprisés. Puis j'ai appris à les côtoyer, les écouter, les accepter. Finalement, j'ai appris à les aimer. Aujourd'hui, je ne sais pas si je vais pouvoir trouver un père pour mon désir d'enfant, avant que l'horloge de mon corps ne sonne la fin du possible. Mais même si ce n'est pas le cas, j'ai heureusement appris et continue à apprendre d'autres formes de transmission, d'autres manières d'être femme et d'être maternelle.

Plusieurs mois après la mort de maman, je me suis demandé si j'irais t'accompagner, toi aussi, si l'on m'en donnait la possibilité. Si ce serait nécessaire pour moi, pour ma construction, d'être à tes côtés sur ton « dernier rivage ». J'ai décidé que non. Pas par colère, ni vengeance. Mais parce que ce n'est pas moi que tu as choisie pour accompagner ta vie. Ce n'est donc pas moi qui doit choisir d'accompagner ta mort. Si, comme dans la chanson, tu m'appelles, de Nantes ou d'ailleurs, je viendrai. Sinon, je vivrai ta mort comme ta vie. Dans l'absence de toi. »

PHOTO : ©NAN GOLDIN



Pour les pères qui n'arrivent plus à communiquer avec leurs fils, il existe quelque part dans les forêts des Ardennes, des stages, où, le temps d'un week-end, les uns et les autres apprennent à **se retrouver**. Hugo, 12 ans, et Michel, 44 ans, nous invitent à les suivre dans cette aventure.

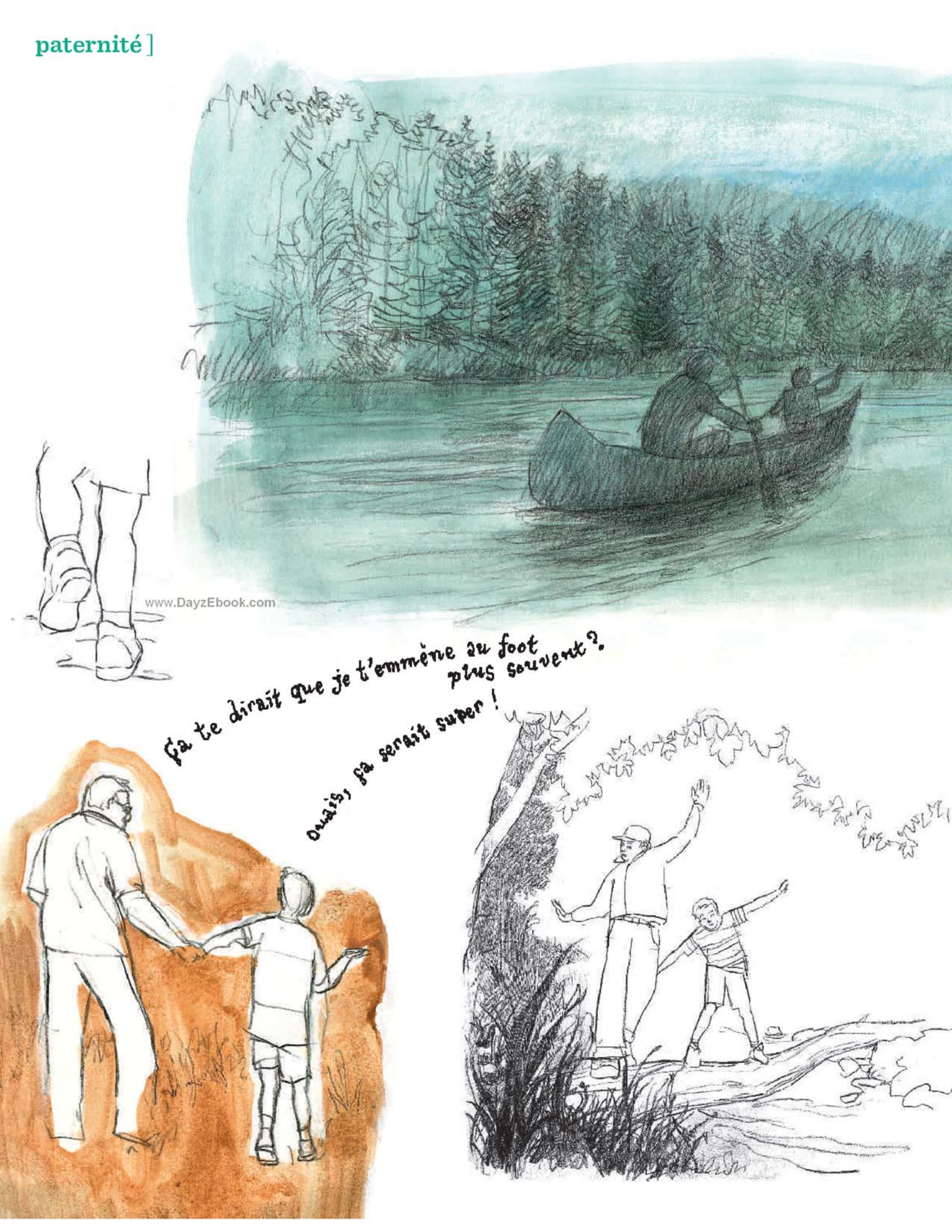
ILLUSTRÉ PAR **GAÉTAN NOCQ**



Papa, t'as vu le sanglier !


Tu ne vois jamais rien...
Où ça ?

>>>

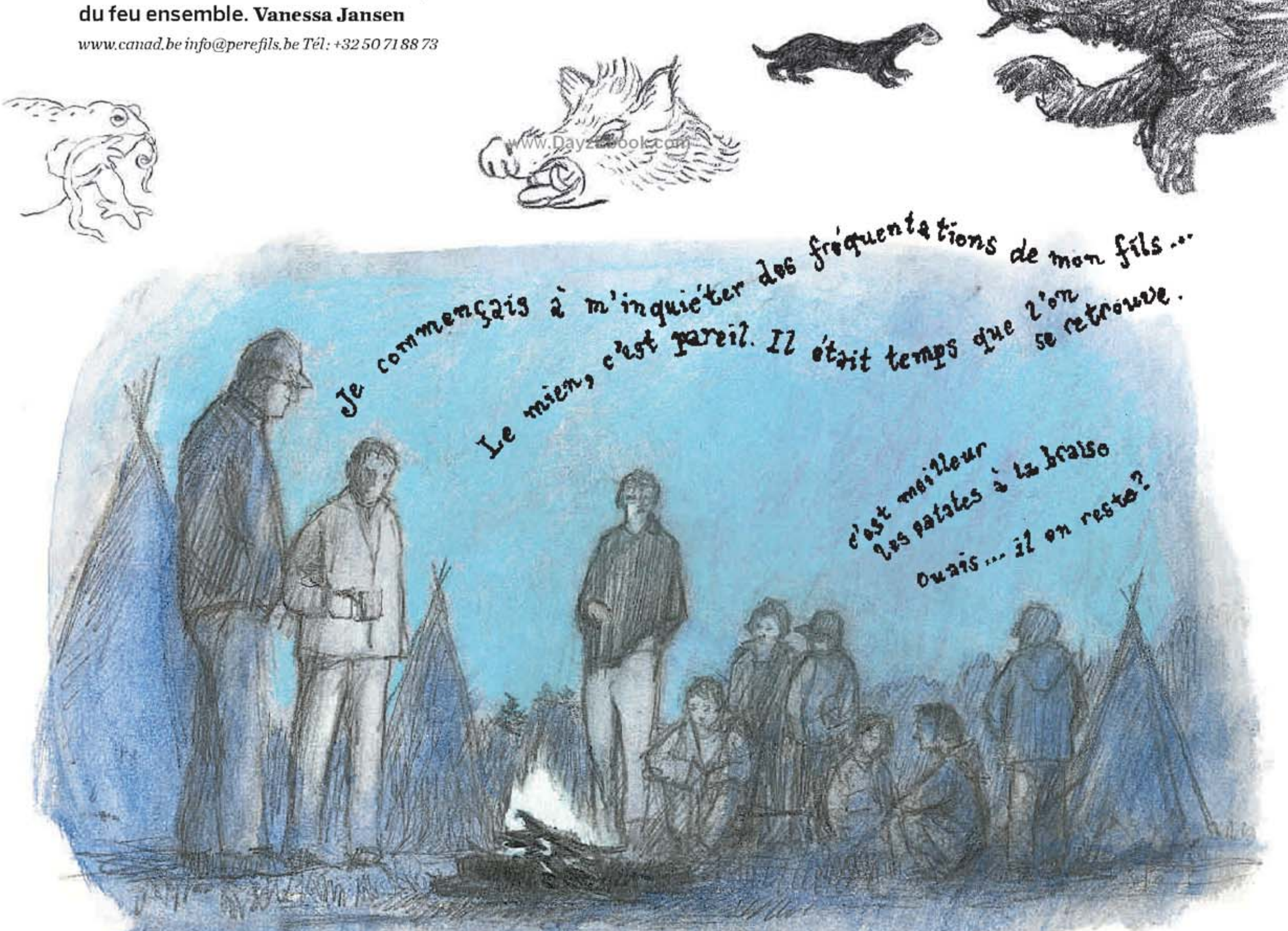

Ça te dirait que je t'emmène au foot plus souvent ?
Ouais, ça serait super !


Ok p'pa
bonne pêche.
Moi, je me tire !
- Sympa cette petite balade...
- Bouh, y'a plein de moustiques ici !
- T'es jamais content...
- Et toi, t'es jamais à la maison !
J'l'ai trouvé près du tipi
c'est notre grand chef indien...
tiens on va l'appeler...
heu... vaillant scarabée
du tipi...
ou alors...
cornes noires
des bois
Ouah la bestiole ! J'ai jamais vu ça en vrai
Chez moi, j'vois que des fourmis.
Et ton père ?
Au moins ici, je peux lui parler sans qu'il m'engueule...
>>>

L'appel de la forêt

Rester entre père et fils, hors du monde : c'est ce que proposent Peter Stokx et Armelle Van Hauwaert à la tête de Canad, une société belge qui enseigne l'art de pagayer. Le long de l'Ourth qui traverse les Ardennes, ils reçoivent des groupes de 14 personnes maximum. Dans un campement de tipis couverts de peaux de rennes, ces hommes et ces garçons découvrent la vie de trappeurs. Les enfants apprennent à manier haches et couteaux sous l'œil des adultes, on cuisine en plein air, on part de longues heures explorer les forêts, on descend la rivière en canoë et le soir on se rassemble pour la veillée à la belle étoile. Père et fils se rencontrent comme ils en ont rarement l'occasion dans leur vie quotidienne. Ici, ils font du feu ensemble. Vanessa Jansen

www.canad.be info@perefils.be Tél : +32 50 71 88 73




Quand j'avais ton âge,
j'aurais aimé que mon père fasse ça avec moi...
T'as raison, c'est chouette.

À LA RECHERCHE DU TRÉSOR DES PHARAONS

Tel père, tel fils : pour Alexandre et Gaspard, la ville est un labyrinthe de nouveaux endroits encore à découvrir. Et, avec l'adoration que Gaspard porte aux Égyptiens, ils se retrouvent souvent dans des boutiques de livres anciens à parcourir les étagères pour dénicher un volume inédit sur le Pays des Pharaons.

C'est cette passion partagée pour l'Égypte et ses hiéroglyphes mystérieux qui les rapproche. Ce sont ces moments uniques, ces instants entre un père et son fils, que JEEP® Shoes* veut célébrer en instaurant **la Fête des Pères et des Fils**.

Pour qu'à l'avenir, il y ait beaucoup plus de journées comme celle-ci, nous avons aussi créé une nouvelle ligne de chaussures et de bottes JEEP® Hommes et Garçons, pour tous les pères et pour tous leurs fils.





Jeep

www.lafetedesperesetdesfils.com

Remerciements à la Librairie Coiffard, rue de la Fosse, Nantes

*Chaussures JEEP®

Dans ma vie, je suis un homme dans le regard des autres. Mais puis-je pleurer et montrer mes émotions sans perdre ma virilité ? [p. 84] Au travail, dois-je toujours faire preuve d'esprit de conquête et d'agressivité ? [p. 90] À quelles valeurs masculines me raccrocher quand la société se féminise et que foot lui-même n'est plus un bastion viril ? [p. 96] N'est-ce qu'avec mes copains que je peux me lâcher pour n'être ni un garçon pudique, ni un mâle dominant ? [p. 92 et p. 100]



PHOTOS **BAUDOUIN**

Regarde les hommes pleurer...

Les hommes ont appris à dissimuler leurs sentiments à leur entourage. Mais les femmes et l'expérience de la paternité leur permettent désormais de laisser couler leurs larmes.

PAR **MARIE-HÉLÈNE JACQUIER**

« Une fois, j'ai pleuré devant mon meilleur ami après une rupture, raconte Antoine, 44 ans. Je me souviendrai toujours de sa réaction : il s'est détourné pour faire semblant de ne pas voir que j'avais les larmes aux yeux. C'était délicat de sa part, mais il était aussi gêné que moi. » Et avec ses copines, Antoine est-il aussi peu expansif ? « J'essaie vainement de le décrypter, se lamente Noémie, 36 ans, amie depuis dix ans. Mais quand je le vois dans ses moments de blues et que je le questionne, Antoine botte en touche : il s'invente des ennuis au travail plus importants que ses peines de cœur, ou il lâche un *"no comment"* et change de sujet. » Noémie se demande avec amertume ce que signifie une amitié ou l'une parle et l'autre pas. Antoine répond : « Noémie voudrait que je me lance dans des confidences "psy". Mais moi je ne sais pas avoir des conversations de filles... »

>>>





>>> Dans *Le Sexe des émotions*, le psychiatre Alain Braconnier explore la source de ces conflits : elle se niche dans la « communication interculturelle » entre hommes et femmes. Une communication qui fonctionne dans l'euphorie, mais se bloque quand le temps se gâte.

« Pour la joie, l'amour, l'humour, il n'y a aucun problème, souligne-t-il. En revanche, pour les émotions négatives comme la colère, la tristesse ou la culpabilité, chacun s'exprime dans sa culture affective ! Sa langue émotionnelle ! » Et celle des hommes n'est pas celle des femmes. Pourquoi parlons-nous des langues émotionnelles différentes ? La réponse est moins dans la nature – le bain hormonal de testostérone, qui augmente déjà chez le tout petit garçon son agressivité, inhibe ses pleurs, émousse ses émotions – que dans la culture dont nous imprègnent nos parents. « Et là, révèle le psychiatre Serge Hefez, sous le discours apparent de la parité, l'apprentissage du genre reste balisé par des stéréotypes. C'est la petite fille qui pleure ? Elle a du chagrin. C'est le petit garçon ? Il fait une grosse colère. En somme, les parents ne racontent pas la même histoire à partir du même livre. »

Comment la langue des émotions vient aux garçons ?

Ainsi, reproduisons-nous inconsciemment la norme émotionnelle. Aux futures femmes, nous offrons en héritage la culture de l'émotion et de l'introspection. Aux futurs hommes, celles des vieilles valeurs « viriles » : la colère, l'agressivité, le refoulement, l'action. Aux unes, on ouvre l'horizon. Aux autres, on le bouche ! « Dans notre fratrie, témoigne Joseph, 54 ans, il y avait une différence nette : les émotions étaient le *no man's land* des garçons, sauf la joie parce qu'un petit garçon joyeux, c'est bien, il est en bonne santé ! Même la peur au moment de quitter la maison pour la fac, il fallait la mettre au fond de sa poche : un homme, c'est courageux ! La colère aussi. C'est viril mais comme on était très catholiques, il fallait la nier même si elle était légitime, et tendre la joue gauche. Résultat : une anesthésie. À l'enterrement de cousins dont j'étais très proche, je me souviens n'avoir pas versé une seule une larme. J'avais des maux d'estomac que je ne savais pas identifier, je pensais que j'avais mal mangé. Je me tenais comme un homme, ma référence étant mon père. Je ne l'ai jamais vu pleurer, sauf pour de la belle musique. »

Toutes ces expériences personnelles, cet apprentissage culturel, vont façonner tout au long de sa vie le cer-

« C'est comme si ce n'était pas digne de moi »

Jacques, 37 ans

« Se retenir de pleurer devant les autres depuis l'enfance n'implique pas qu'une pudeur publique. Même quand je suis seul et que j'ai des raisons d'être triste, je me retiens. Pour plusieurs raisons. D'une part, c'est comme si je me sentais surveillé par l'œil de quelqu'un qui pourrait me surprendre dans cet état. D'autre part, c'est comme si je considérais que pleurer n'était pas digne de moi. Enfin, les larmes me paraissent inutiles : elles ne résoudront pas mon problème et il me semble que le temps passé à les verser pourrait être mieux employé à agir. Je sais que les larmes servent surtout à vider un trop-plein, mais chez moi, elles ne viennent pas automatiquement. Et j'ai le sentiment que les verser m'affaiblirait alors que, justement, dans ces moments-là, j'ai besoin de toute mon énergie pour affronter ma douleur et la dépasser. »

PHOTOS (PAGE PRÉCÉDENTE ET CI-DESSUS) ©BAUDOUIN



Aux larmes, et caetera...

La valorisation des émotions masculines serait-elle une nouveauté ? Pas du tout. Citant l'historien Georges Duby, Alain Braconnier rappelle que, jusqu'à la Renaissance, les émotions valorisées étaient uniquement celles des hommes ! Quant aux larmes, selon l'historienne Anne Vincent-Buffault, elles n'ont pas toujours été un « marqueur féminin ». Très versées par les hommes, notamment au théâtre jusqu'au XVIIIe siècle, elles étaient l'affirmation de leur sensibilité, de leur compassion, de leur philantropie. C'était des larmes « viriles ». Elles ne sont devenues « féminines » qu'au XIXe siècle. Un changement de statut qui accompagne un changement de mœurs général : toute la société se couvre et se corsète, les hommes s'habillent en noir et cette nouvelle austérité puritaine culmine à l'ère victorienne. Les émotions et les larmes des hommes ne sont plus de mise. Elles sont alors dévalorisées.

veau cognitif de l'homme (et de la femme), la boîte noire qui régit l'expression des émotions, et lui donner la norme émotionnelle.

Perdre le contrôle ou la terreur du masculin

Au modèle paternel va notamment s'ajouter celui de l'exercice du pouvoir en entreprise où le « blindage émotionnel » est de mise. Pas d'états d'âme pour le businessman. « Une caricature de l'expression de l'émotion au masculin, regrette Jacques-Antoine Malarewicz, psychiatre et consultant en entreprise. Les dirigeants, en majorité des hommes, sont souvent des handicapés de l'émotion confortés dans leur attitude par le besoin de garder le contrôle face à un conflit ou une négociation. » Du coup, comme par mimétisme, les salariés adoptent cette retenue, qui, dans le cadre professionnel distingue encore les hommes des femmes. « Il m'est arrivé de voir une collègue pleurer dans son bureau après s'être fait remonter les bretelles par un supérieur hiérarchique, raconte Didier, 37 ans. Mais jamais un homme pourrait s'abandonner aux larmes. Ce serait perçu comme une faiblesse professionnelle et ses pairs se détourneraient de lui. Il perdrait leur estime. On dirait de lui qu'il n'a pas les épaules pour supporter la pression. »

Les mécanismes de défense psychique de l'homme obligent à s'interroger : pourquoi a-t-il si peur ? « Parce que dans « se laisser pénétrer par des émotions », il y a quelque chose de la peur de la castration. Être dominé par l'émotion, c'est perdre le contrôle de soi, être passif, féminin. La terreur du masculin ! » explique Serge Hefez. « Parce que depuis des millénaires, l'homme a été formaté pour agir rappelle le sociologue Daniel Weltzer-Lang, à s'affirmer dans l'idée que la parole est un frein à l'action. C'est dans sa culture masculine de ne pas ne verbaliser mais de mettre en actes, quitte à s'enfoncer dans la déprime, devenir violent... »

Le rapport traditionnel à la virilité perd du terrain

Déni, rationalisation, projection pour reporter sur un tiers la responsabilité de ses émotions négatives, prise de risques, fuite... C'est ce que confirme Thierry, 43 ans : « Avant, la tristesse me fichait une peur bleue, la panique >>>

>>> de l'engloutissement. C'était impératif, il fallait que je sorte "me vider la tête" ! J'étais alors capable d'absorber n'importe quoi pour fuir cette émotion ou de provoquer n'importe qui pour pouvoir la dériver en agressivité ! » Pourtant, aujourd'hui, cette vieille culture virile semble perdre du terrain. « Dorénavant, exprimer par les mots et les actes ses émotions "féminines" est autorisé pour un homme. Mieux, c'est valorisé. Il se montre ainsi comme un homme complet », constate Serge Hefez. Avec un bémol : la colère et l'agressivité, ces émotions qui étaient autrefois les attributs naturels du mâle, sont totalement *out* !

Les enfants décomplexent le rapport aux sentiments

À l'origine de cette révolution ? Les femmes. « Avant de rencontrer ma femme, précise Joseph, j'avais peur de me perdre dans une émotion trop forte. En la regardant vivre, j'ai vu qu'il n'y avait aucun danger à lâcher ses émotions et que ça faisait du bien. » Un rêve pour Jean, 52 ans, auquel son propre langage émotionnel échappe encore : « J'ai toujours dans la gorge le goût âcre des larmes que je n'ai pas pu verser à l'enterrement de mon meilleur ami. Ma représentation inconsciente de moi-même, c'est celle d'un type qui n'a jamais lâché prise. Ni dans la peine, ni dans la joie. »
Avec les femmes, une nouvelle appréhension de la paternité a aussi participé à briser le carcan émotionnel masculin. « Dans le pouponnage, le contact peau à peau avec le bébé, l'homme archétypal a rendu les armes » note Alain Braconnier. Comme Frantz, 36 ans : « j'exprime peu mes émotions. Et des émotions exprimées trop intensément me semblent suspectes, surtout quand elles sont positives. Mais mon fils m'a totalement décomplexé. Avec lui, je ne cache plus rien, l'amour, la joie, la tristesse, la colère si nécessaire, et tant pis pour le regard des autres. Je découvre le bonheur de la fusion émotionnelle totale. » Mathieu, 38 ans, se souvient encore du regard envieux de son grand-père le regardant langer sa fille. « Il m'a dit : "Dans ma génération, on n'aurait pas osé par peur du ridicule." Et j'ai pesé le poids des frustrations masculines. » Elles appartiennent désormais à l'histoire.
Depuis sept ou huit ans, dans son cabinet, le psychothérapeute Alain Héril assiste à la naissance des nouveaux hommes : « Ils pleurent, sont en quête de leurs émotions avec toutes leurs variations, admettent leur fragilité sans craindre de perdre leur masculinité. Même les questions qui les poussent à consulter sont symptomatiques. Avant, c'était le stress, le travail. Maintenant, ils viennent aussi pour des questions existentielles : le rapport à la femme, la vie, la mort. »

Une nouvelle façon d'appréhender la paternité a participé à briser le carcan émotionnel masculin.

Des nouveaux hommes en quête de leur fragilité

Cette évolution est tellement entrée dans le mœurs des trentenaires que l'un d'eux, Gary, s'étonne de l'actualité donnée au sujet : « Les émotions ne sont pas une question de sexe mais de personnalité. Je ris parce que je suis gai, je pleure avec ma fille devant la mort du père dans *Le Roi lion* parce que c'est triste ! »
Nous assistons donc à l'enterrement du *pater familias* dont le poing sur la table ou la brutale accolade font partie de l'imagerie virile. Les hommes se débarrassent de cette masculi-

Le chagrin d'Ulysse

Pas d'erreur d'interprétation : quand les larmes lui viennent à l'œil, homme ne se « féminise » pas ! « Même quand il pleure parce que son bouclier de défense psychique craque, ses larmes ne sont pas celles de sa féminisation. Ce sont des larmes mâles, celles d'Ulysse, l'archétype masculin, le héros, le voyageur pleurant la mort d'un ami, le souvenir de sa femme, la nostalgie de son île ... » dit le psychiatre et philosophe Serge Tribolet. Avant de préciser : « aujourd'hui, dans tout chagrin d'un homme, il y a une dimension inconsciente nouvelle, supplémentaire au chagrin féminin : le chagrin de la perte de son phallus symbolique, de sa toute-puissance dans un monde où tous les archétypes de la virilité –la vitesse, la force ...- sont interdits. » Le roi est nu, comment l'aider ? En évitant surtout de lui dire « fais comme moi ». En n'oubliant pas qu'il n'est jamais autant homme qu'à ce moment-là.

nité pesante qui leur coupait la route vers leurs émotions et la communication avec les femmes. Doivent-ils pour autant adopter le langage des femmes ? Frédéric, 50 ans, s'énerve : « Moi, quand je ne pleurais pas, j'avais quand même du chagrin ! Pourquoi faudrait-il que la manière féminine d'exprimer son chagrin notamment par des larmes abondantes soit la référence ? ! » Daniel Weltzer-Lang, lui, s'amuse : « Est-ce que les femmes ont vraiment envie que le prince charmant de leurs rêves soit « une femme comme les autres ? »
De son côté Alain Braconnier constate que le sexe des émotions a des années d'actualité devant lui : « si les hommes expriment mieux leurs émotions, se montrent malheureux, tristes ou attendris, inversement, les femmes extériorisent de plus en plus leur colère par des gestes agressifs, ce qui était jusque-là le pré carré des hommes. » Quant à Serge Hefez, il relativise : « Il faut être vigilant : les hommes s'ouvrent à leurs émotions, mais la guerre n'est pas finie ! »
Elle le sera peut-être quand hommes et femmes auront compris que les émotions sont un langage qui servent d'abord à se poser la question : à quoi servent-elles ? À être partagées avec l'autre, pas à instituer un nouveau rapport de force.

À LIRE
Dans le cœur des hommes, *de Serge Hefez, Hachette littératures, 2007.*
Nous les mecs, essai sur le trouble actuel des hommes, *de Daniel Weltzer-Lang, Payot-Rivages, 2009.*

ÊTRE UN HOMME SELON…



… Benoît Poelvoorde

« J'adore les ambiances de mecs »

« J'ai un rapport à l'amitié, à la virilité amicale et à l'autorité très intrigant. Je suis fidèle en amitié, et tous mes amis sont des personnages forts, virils et compétents. Je suis admiratif des compétences, des gens qui possèdent un art. J'ai besoin d'admirer. Un jour, un mec est venu réparer la chaudière à gaz chez moi, j'ai passé une heure à me faire expliquer la chaudière à gaz. Sa manière de m'expliquer simplement me fascinait. Bon après, chaque fois que je le revois, il veut m'inviter aux démonstrations de chaudières à gaz, ça va. Mais j'adore qu'on m'explique une compétence.
En fait, j'aime qu'on me transmette un savoir, comme le font les pères avec leur fils. Le mien est parti trop tôt *[Benoît Poelvoorde avait 12 ans à la mort de son père, ndlr]* pour me transmettre beaucoup, et ma mère, c'est la crème des crèmes, c'est la bonté sur terre, c'est une sainte, mais elle se retrouvait seule avec trois enfants… Alors on m'a placé un peu partout dans des internats, et dans les internats, on ne transmet pas beaucoup, on dirige. Mais personne n'a pu avoir d'autorité sur moi, personne, à part mon père, n'a pu me dire : "Tu marches comme ça." Alors je suis devenu ce que je suis : quelqu'un de sauvage, d'égoïste, de transgresseur d'autorité.
C'est aussi grâce aux internats que je suis à l'aise sur les plateaux. J'adore l'équipe, ce côté colonie de vacances, les cantines, les ambiances d'hommes, les vestiaires de garçons. »

Extrait de Psychologies magazine, *septembre 2009.*

Les risques du métier...

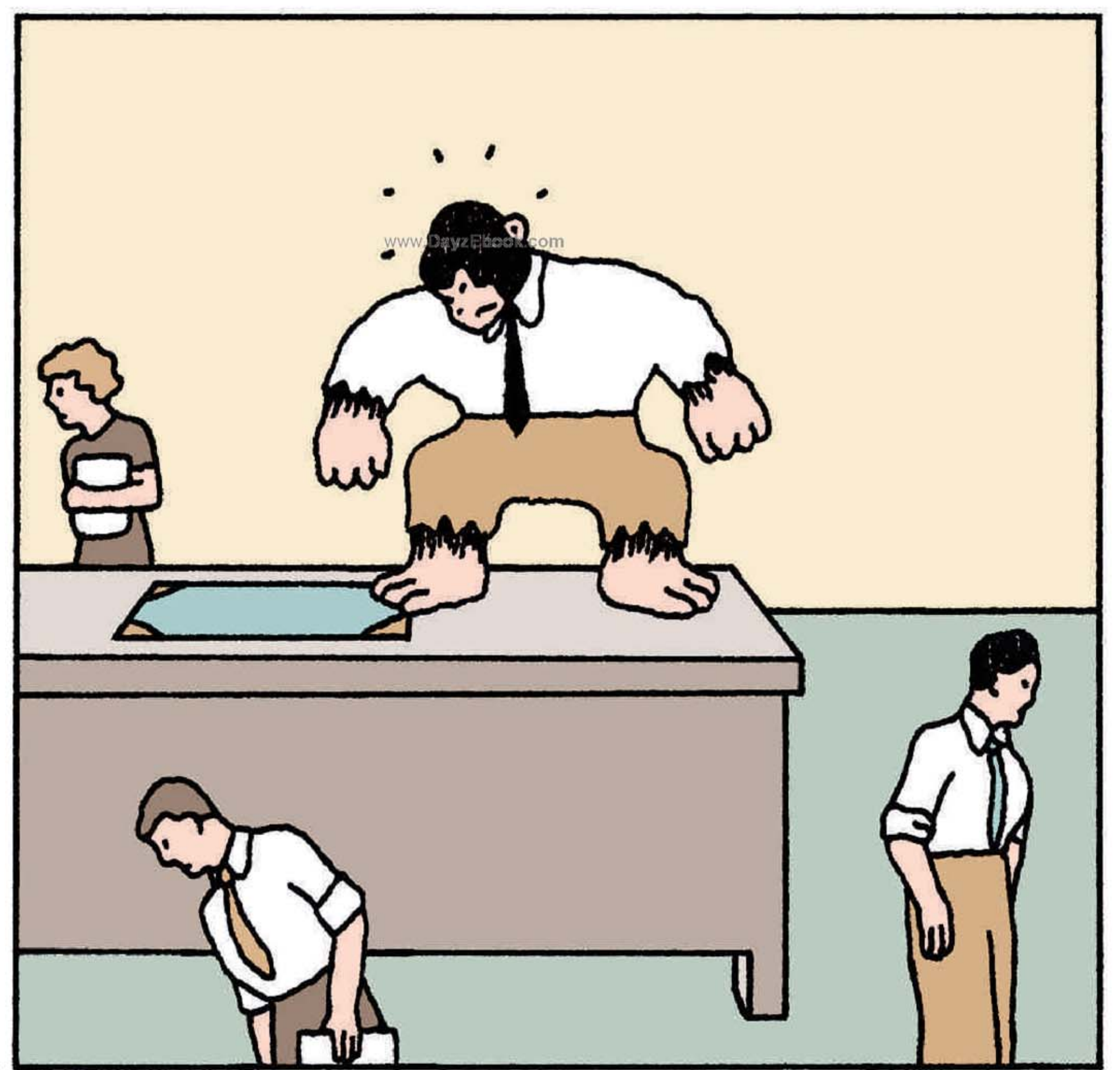


ILLUSTRATION : ©ALAIN PILON/COSTUME 3 PIÈCES

Le lieu de travail est aussi un lieu de rencontres. Un système relationnel en vase clos qui exige agressivité et convivialité. Aujourd'hui, être le **mâle dominant** ne suffit plus...

PAR **STANISLAS DE HALDAT** — ILLUSTRATION **ALAIN PILON**

« J'ai rencontré Anna à la cafétéria de mon entreprise, se souvient Gilles, 34 ans. Après des mois d'approche, nous avons fini par sortir ensemble ». Ils ne travaillaient ni dans les mêmes services, ni dans les mêmes locaux : leur liaison a pu rester très discrète. « Quand nous nous sommes mariés deux ans plus tard, la plupart de nos collègues n'avaient rien vu venir. »

Il n'y a pas que la vie amoureuse de Gilles, cadre administratif dans une société d'assurances, qui se confond avec sa vie professionnelle : ses meilleurs amis, ceux avec qui il fait du vélo tous les dimanches, travaillent aussi à ses côtés. « C'est logique, continue-t-il. En arrivant à Paris pour prendre ce poste, je ne connaissais personne. Tout mon réseau social s'est tissé à partir du boulot. » Pour Gilles, comme pour beaucoup de salariés, le bureau reste l'endroit où se concentre l'essentiel du temps actif et donc de la vie relationnelle. « L'entreprise est bien un "système" de sentiments avec ses amitiés et ses inimitiés, ses amours et ses haines, ses rapports de séduction, confirme le psychanalyste Roland Brunner[1]. Avec aussi ces moments paroxystiques que sont les coups de cœur ou les disgrâces subites, les manipulations perverses, le harcèlement sexuel, voire la violence. »

Mais parce qu'il est condensé dans un temps donné (les heures de travail) et sur un lieu précis (le bureau), parce qu'il est compressé dans la « boîte », ce « système de sentiments » peut aussi apparaître artificiel. Que vaut en effet l'« amitié » des collègues si, comme François, 42 ans, on a été licencié ? « Depuis que j'ai quitté mon poste, je n'ai pas reçu un coup de fil. Je me sens presque pestiféré : comme si les autres salariés se sentaient en danger à fréquenter quelqu'un qui n'est plus admis sur leur territoire. »

Bienvenue en zone de combat

Les jeux de l'amour peuvent aussi mal tourner. Guillaume, 40 ans, contrôleur de gestion, se souvient de l'arrivée d'une jeune femme dans son service à l'automne 2008, une « junior » : « J'ai flashé sur elle. J'ai entamé quelques manœuvres et elle n'y paraissait pas insensible. Jusqu'au jour où j'ai été convoqué par le directeur des ressources humaines. Il m'a fait comprendre que mon attitude était inappropriée et qu'une plainte pour harcèlement sexuel me pendait au nez. » La douche froide. « Je ne saurais jamais si c'est elle qui s'est plainte ou si c'est le résultat d'une dénonciation. Depuis, mes relations avec elle sont polaires, et nous n'avons même pas cherché à nous expliquer. Nous nous contentons de faire semblant d'aller bien. »

C'est la « comédie du bonheur », que décrit Catherine Viot dans son ouvrage *Remettre le travail à sa (juste) place*[2] : « La moitié des salariés changent de peau lorsqu'ils arrivent au bureau, soucieux de coller à ce que l'entreprise attend d'eux. »

Changer de peau ? Pour beaucoup d'hommes, c'est là que le bât blesse. « Nous sommes censés développer des valeurs viriles, explique Pierre, 36 ans, cadre commercial chez un équipementier électrique. On nous parle de conquête de marché, de défi à relever, on nous demande d'être agressif. Et en même temps, il faudrait avoir l'esprit d'entreprise, être solidaire les uns des autres. Mais comment peut-on concilier ces deux exigences quand on sait qu'il n'y a qu'un seul poste de chef de secteur et que seul le meilleur d'entre nous peut y prétendre ? Quand on sait que pour ne pas plomber les résultats de l'équipe, il faut se débarrasser du maillon faible ? »

Ne pas pouvoir être soi-même là où l'on passe le plus de temps peut générer un mal-être. Mais, de ce point de vue, l'entreprise reste plus adaptée aux hommes qu'aux femmes : celles-ci souffrent plus au travail. « Engagées dans le monde du travail d'abord par nécessité économique puis par désir d'indépendance, soutenues par le désir d'être des sujets à part entière, les femmes n'ont pas construit d'identité professionnelle singulière, dit Luce Janin-Devillars, psychanalyste et coach. Elles se sont soumises aux règles habituelles et se sont psychologiquement structurées sur un modèle masculin. »[3] Un modèle devenu bancal, même pour les mâles.

1. Psychanalyse des passions dans l'entreprise. *Eyrolles 2009*
2 et 3. Remettre le travail à sa (juste) place. *Éd. Hachette 2009*





Ils se sont trouvés et, depuis, ils ne se quittent plus. Entre le comédien Bernard Campan et le philosophe Alexandre Jollien, l'amitié prend les formes d'un dialogue joyeux et stimulant. **Rencontre.**

PROPOS RECUEILLIS PAR **HÉLÈNE MATHIEU**

« L'amitié, c'est faire ensemble »

Bernard Campan : J'ai découvert Alexandre à la télévision. Ç'a été un choc. J'ai pu entrer en contact avec lui par des amis. Je lui ai téléphoné et on a parlé deux heures.

Alexandre Jollien : Ç'a été une communauté de sensibilité énorme. Après deux mois de coups de téléphone presque quotidiens, on s'est rencontrés. J'avais l'impression non pas que nous nous connaissions déjà, mais que le lien était fait. Ne restait plus qu'à se voir.

Se découvrir

A. J. : Un ami, c'est quelqu'un à qui l'on peut avouer ses faiblesses sans qu'il en profite. Je dirais que dans l'amitié, il n'y a jamais la peur de la confrontation.

B. C. : C'est rare que l'on puisse être totalement en confiance. Avec Alexandre, je sais que si quoi que ce soit me heurte, je vais pouvoir en parler sans craindre sa réaction. Il n'y a pas de peur. La peur de décevoir peut-être. Mais c'est une peur qui ne me dérange pas. Dans l'amitié, il y a un relâchement total.

A. J. : Ce qui n'empêche pas les désaccords. On se sent tellement en correspondance que le premier désaccord met à jour que nous sommes différents. C'est ce qui est beau dans l'amitié. Découvrir des parties de l'autre que nous ne connaissions pas. On doit apprendre à ne pas vouloir s'accaparer l'autre. Et surtout, il n'y a jamais de reproches. Ce n'est pas rien de pas avoir de reproches à faire à l'autre.

B. C. : Ne pas vouloir le changer. Le prendre tel qu'il est, qu'on le comprenne ou non. L'accepter. Je ne cherche plus à comprendre Alexandre depuis longtemps. Dans cette relation, on laisse tomber les masques.

>>>

>>> Accroître la vie

A. J. : Il nous arrive de nous dire : « Je t'aime. » Ma femme a entendu un message de Bernard sur le répondeur, et il me disait : « Je t'aime. » Elle a trouvé ça immensément beau. Elle m'a dit : « Quel homme peut te dire "Je t'aime" sans qu'il n'y ait aucune ambiguïté ? » Ce « Je t'aime » -là, à mon avis, c'est de l'amour. Mais sans l'exclusivité.

B. C. : Contrairement à la relation amoureuse, je ne ressens pas de rivalité, pas de jalousie envers les autres amis d'Alexandre. Je sais que chaque relation est différente.

A. J. : Quand j'ai découvert tes amis, je me suis rendu compte qu'ils étaient très différents de moi. L'amitié accepte cette diversité. C'est comme quand on rencontre la femme de quelqu'un que l'on connaît bien, on peut être étonné : « Ah, tiens, elle est ainsi ! » C'est ce qui nous dit que l'on ne comprendra jamais l'autre totalement. C'est magnifique, non ? Je suis d'accord avec toi sur l'absence de rivalité envers les amis de l'autre. C'est étrange ce besoin de dire : « Ma femme, c'est la mienne », alors que nous sommes heureux de voir que l'ami a d'autres amis que soi. Je ressens de la joie à te voir bien entouré.

B. C. : Aimer, c'est faire avec, faire ensemble. Une force partagée. Je rapprocherais peut-être davantage l'amitié de l'amour des enfants. D'abord parce que la sexualité en est absente, alors qu'il s'agit tout de même d'amour, et que nous cherchons toujours l'équilibre entre « être avec l'autre » sans « faire à sa place ». L'accompagner.

« On peut s'appuyer sur l'autre, accepter que l'autre nous aide sans penser : "Je suis dépendant", c'est un cadeau de l'amitié » Alexandre Jollien



PHOTOS (PAGE PRÉCÉDENTE ET CI-CONTRE) : ©BAUDOUIN

A. J. : « Faire avec », c'est synonyme d'accepter. Je trouve ça magnifique. Ce n'est pas la résignation. Pour Spinoza, il est bon de rechercher ce qui est véritablement un bien pour nous, notre utile propre. Or, ce que je veux de bien pour moi, je peux sans violence le vouloir pour l'autre.

B. C. : Faire à autrui ce que tu aimerais qu'il te fasse. Donner à l'autre ce que tu aimerais recevoir. Et surtout, comme dans l'amour, ne pas vouloir le changer. Parfois, ne serait-ce que chercher à comprendre, j'ai l'impression que c'est déjà chercher à changer l'autre.

A. J. : Spinoza disait encore – c'est magnifique Spinoza... : « L'amour est une joie qu'accompagne l'idée d'une cause extérieure. » Autrement dit : « Je t'aime, je suis content que tu existes. » Ce n'est pas de la possession, ce n'est pas du manque, c'est une joie de sentir l'autre exister différemment de moi. Aimer l'autre quand il ne pense pas comme moi, n'est-ce pas délicat ? Être à deux, en amitié ou en amour, ce n'est pas combler un vide, mais accroître la vie.

« Je crois que notre amitié est à vie, mais ce n'est pas forcément la même amitié. Le lien peut changer » Bernard Campan

D'égal à égal

A. J. : L'amitié par excellence est celle d'égal à égal. On ne regarde pas d'en haut ou d'en bas. J'ai du mal à voir Bernard comme le type du cinéma ou de la télé. Pour moi, c'est l'ami. Tandis qu'au début, quand on m'a annoncé que Bernard Campan voulait me voir, j'étais fasciné. Maintenant, je l'admire plutôt pour sa simplicité au quotidien.

B. C. : J'ai une forme d'admiration pour Alexandre. Le fait qu'il mette en pratique sa philosophie au quotidien, son ascèse, sa clairvoyance suscitent mon admiration, mais je risque de l'enfermer dans le rôle du sage, et il ne serait plus l'ami. Alors, je vais aussi à la découverte de ses failles, de sa part toujours plus humaine. L'admiration que je peux avoir pour lui vient du cœur.

A. J. : On peut demander à l'autre, s'appuyer sur l'autre, tout en réduisant ses attentes. Accepter qu'il nous aide sans penser : « Je suis dépendant », c'est un cadeau de l'amitié. Les philosophes antiques se demandaient si l'homme sage et donc heureux a besoin d'amis. Vaste question.

B.C. : La relation avec Alexandre s'est développée parallèlement à une aide quotidienne qu'il m'a apporté dans l'écriture de mon scénario. C'était un défi que notre amitié n'en souffre pas. J'étais dans une demande énorme. Et il m'a dit : « Je ne te lâcherai pas. »

A. J. : Moi, ça m'a effleuré un centième de seconde qu'il me lâche après l'avoir aidé. Mais entre-temps, l'amitié s'est creusée, et maintenant je n'ai plus de doute.

B.C. : Ça m'a effleuré aussi, je me disais : « Si j'arrive à devenir autonome dans ma création, si je n'ai plus besoin d'Alexandre, est-ce que ça ne va pas nuire à notre relation ? » Je t'appelais tous les jours. On parlait une heure et je pensais : « C'est fou comme j'ai besoin de lui, et moi, qu'est-ce que je peux lui apporter ? »

A. J. : Quand je demande quelque chose, le risque serait de le prendre comme un dû en retour. Alors que c'est la vie qui nous a donné un compagnon de voyage à un moment donné. J'aime bien l'idée que ce que l'on a reçu d'un ami, on peut le transmetre à un autre. Ce n'est pas forcément rendre à l'autre. Mais il est important de savoir remercier et de savoir apprécier un merci. Dire merci, c'est dire : « J'apprécie que tu sois là. »

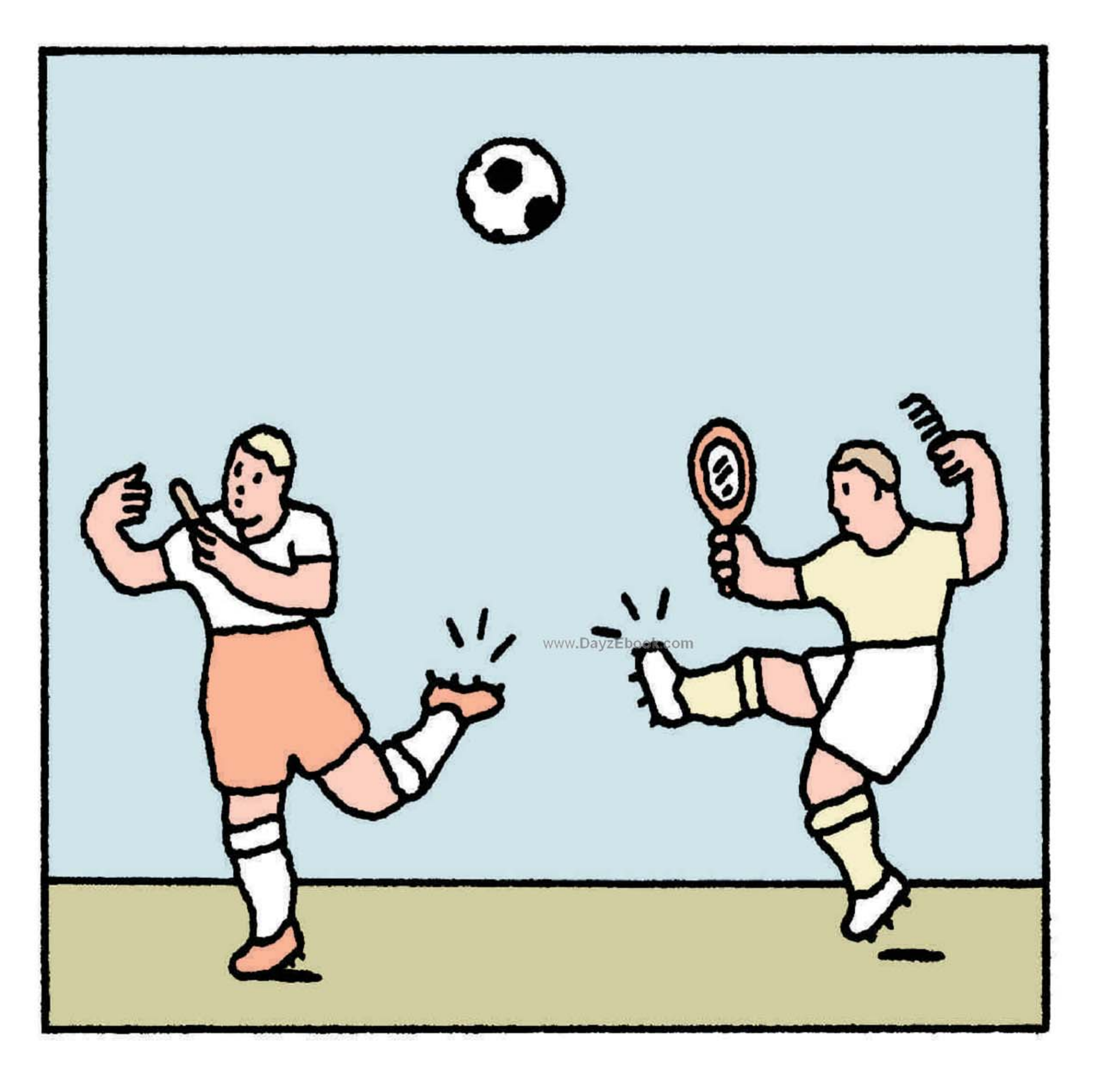
Pour toujours

B. C. : Je crois que notre amitié est à vie, mais ce n'est pas forcément la même amitié. Le lien peut changer. Mais si la vie faisait que l'on ne puisse plus se parler avec Alexandre pendant… disons vingt ans, quelque chose s'effacerait, évidemment. Et en même temps, je suis persuadé que l'essentiel resterait intact.

A. J. : L'amitié telle qu'elle est vécue maintenant va nous nourrir toute notre vie. Même s'il y a une séparation due à la mort. Je crois que si l'on est imprégné par l'ami, on l'est à vie. Celui qui m'a initié à la philosophie était un ami, et il est mort. Je n'ai eu aucun regret. Il était en moi, et sa façon de penser s'est intégrée en moi. J'ai réalisé que la perte de l'ami n'était pas douloureuse, parce que ce dialogue que nous avions eu resterait toujours en moi.

Alexandre Jollien est un philosophe suisse, handicapé de naissance. Ses ouvrages, *Éloge de la faiblesse* (Cerf, 2000) et *Le Métier d'homme* (Seuil, 2002) explorent sa lutte contre les idées reçues sur le handicap. *La Construction de soi* (Seuil, 2006) est une interrogation sur notre incapacité à profiter du présent. Son dernier livre, *La Philosophie de la joie* (Ina Textuel, 2010) inclut un commentaire de Bernard Campan.

Bernard Campan s'est fait connaître pour ses rôles comiques avec Les Inconnus, Didier Bourdon et Pascal Légitimus. Il quitte ce registre en 2001 avec son interprétation dans *Se souvenir des belles choses* de Zabou Breitman. Suivent plusieurs succès, dont *Le Cœur des hommes 1 et 2* de Marc Esposito (2003 et 2007).



Foot : machos sur

Le foot n'est plus la joute virile des classes populaires. Depuis 1998, il s'est **glamourisé**. Les joueurs deviennent des icônes de la mode, du cinéma et du théâtre et – comme eux ? – leur public se féminise...

PAR **PIERRE SIANKOWSKI** — ILLUSTRATION **ALAIN PILON**

Il était grand, il était beau, il supportait le FC Sochaux. Ça, c'était avant, quand les fans de foot ressemblaient encore à ceux que l'on croise dans *À Mort l'arbitre* de Jean-Pierre Mocky (1983) : des types rustauds, qui boivent de la bière, portent l'écharpe du club et hurlent le nom de leur joueur préféré en se déformant le visage. Aujourd'hui c'est différent, le supporter a changé, parce que le foot a évolué, peut-être parce que le rapport de l'homme au foot s'est transformé. Ou alors parce que la femme est venu y mettre son nez. Pour beaucoup, le tournant date de 1998, année de la Coupe du monde en France. Pourquoi ? Parce que la France, encore un peu le pays des Lumières, aurait décidé, sur un coup de tête (au premier poteau) de mettre fin à près de cent ans de domination masculine balle au pied ? Pas forcément. Surtout parce qu'en 1998, les sponsors ont décidé de changer de stratégie, et de séduire les femmes aussi. Et donc d'intégrer à leur business plan celles qui en furent les grandes absentes, reléguées jusqu'ici au-delà même du banc des remplaçants et des tribunes. C'est-à-dire, en gros, chez les copines un soir de match, ou pire, dans la cuisine.

Zinédine Zidane, héros pas très discret

Bref, à partir de 1998, le football ne sert plus uniquement à vendre des crampons, des protège-tibias, des maillots ou des voitures : il est désormais un vecteur de séduction moins sexué auquel les femmes peuvent être sensibles. Dugarry jouera même quelques matchs avec une sorte de serre-tête sur les cheveux, ce qui aurait coûté l'exil à n'importe quel joueur dix ans plus tôt.

Ainsi, et plus encore après la victoire des Bleus, Zidane promeut de l'eau minérale et laisse au vestiaire la dégaine de gars robuste. Il évolue en jean, basket et t-shirt, dans un cadre alpin, loin du rond central. C'est le début d'un long processus de dévirilisation du foot, dont Zizou sera à la fois le catalyseur et le révélateur.

Plus qu'un joueur, Zidane est un objet de culte et d'étude. Ce n'est pas un hasard si les artistes contemporains Douglas Gordon et Philippe Parreno lui consacrent un film expérimental tout entier, *Zidane, un portrait du XXI*e *siècle*, en 2005, pour lequel ils braquent sur lui des caméras tout au long du match Real Madrid-Villareal (duquel Zizou est malheureusement expulsé, histoire de prouver peut-être qu'il en a encore un poil entre les cuisses). Ce n'est pas pour rien non plus si l'écrivain belge Jean-Philippe Toussaint consacre un livre tout entier en 2007 au coup de boule qu'il donne à Materazzi, en finale de la Coupe du Monde 2006, à Berlin (*La Mélancolie de Zidane*, publié aux Éditions de Minuit). Ce coup de boule, justement, serait peut-être le meilleur exemple de la perte de masculinité de la figure du footballeur. Dans les années 90, on aurait applaudi. En 1994, >>>

la touche

ILLUSTRATION : ©ALAIN PILON/COSTUME 3 PIÈCES

>>> quand Cantona botte un supporter dans les tribunes, il se contente d'une simple déclaration : « Quand les mouettes suivent le chalutier, c'est qu'elles pensent qu'on va jeter des sardines à la mer. » Autrement dit, c'est « Je ne regrette rien et tu le vois mon doigt ? » Après son coup de boule, Zidane passe un autre quart d'heure. À la suite de quelques jours de débat mondial, il finit par présenter ses excuses à la terre entière : l'ambiance est au « il a traité ma famille, j'ai craqué, mais je n'aurai pas dû ». Bref, il demande pardon de son coup de boule. Fin de l'histoire pour le mâle en crampon, début d'une toute nouvelle pour les plus curieux.

Vikash Dhorasoo, la tête et les jambes

L'un de ceux qui tentera le plus de casser l'image du footeux de base s'appelle Vikash Dhorasoo. Sélectionné à la Coupe du monde 2006, où il n'est jamais titularisé, Dhorasoo emmène avec lui une caméra Super 8, avec laquelle il se filme au long de la compétition. Il en sort un film, monté en compagnie du chanteur touche-à-tout Fred Poulet : c'est *Substitute*, une sorte de « Portrait de l'artiste en douzième ou treizième homme ». Artiste ? L'artiste, dans le foot, est en général sur le terrain : il est souvent Brésilien et multiplie les feintes de corps. Avec Dhorasoo, il est en dehors de la pelouse et ouvre un champ des possibles. Bref, le footballeur devient multidimensionnel, et ne se contente plus seulement du marquage à la culotte.

En 2006, Dhorasoo apporte également son soutien au Paris Foot Gay, un club composé d'homo et d'hétéros qui lutte contre l'homophobie dans le foot : le monde du football ne réagit que très peu, mais c'est une certitude, les temps changent. En parallèle, David Beckham dit le « Spice Boy » depuis son mariage avec l'une des Spice Girls (avec qui il est presque obligé de partager la vedette, vous imaginez la honte), commence à se trimballer dans les défilés de mode. Pire même, il est pris en photo avec autre choses qu'un jogging ou une chasuble. Le type est ouvertement métrosexuel, et il plaît autant aux hommes qu'aux femmes. En ce sens, Beckham est un précurseur. Il ouvre la voie à tous les beaux gosses du foot, qui se décomplexent et jouent clairement sur l'ambiguïté.

David Beckham a ouvert la voie à tous les beaux gosses du foot qui se décomplexent.

Cristiano Ronaldo, victime de la mode

Le plus aventureux est de ce point de vue sera Cristiano Ronaldo, Ballon d'Or 2008 pour une année formidable avec Manchester United (il joue depuis au Real Madrid, dont il est l'un des galactiques). Androgyne, gominé, porteur d'une boucle d'oreilles, Ronaldo est rapidement devenu une icône gay, suite à une publicité en sous-vêtements pour Armani qui fait fureur chez les homos. En France, c'est Yoann Gourcuff, canonnier des Girondins de Bordeaux, qui est élu « bombe du mois » par le magazine *Têtu* en décembre 2008 après avoir dévoilé son torse à la fin d'un match au Parc Lescure. Certaines rumeurs, jamais confirmées, évoquent même son homosexualité. Un footballeur gay ? Impossible. Et pourtant. En décembre 2009, Yoann Lemaire, footballeur du FC Chooz, fait son coming out dans un livre intitulé *Je suis le seul joueur de foot homo... Enfin j'étais...*, et publié aux Éditions TG (Textes Gais). L'abcès est percé, les langues se délient, et le footballeur devient une autre affaire d'hommes, loin des clichés.

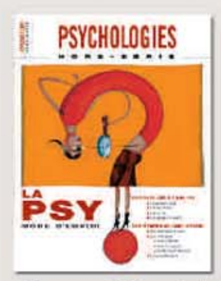
« Une violence plus radicale »

Xavier, 38 ans

« On ne peut plus boire dans les stades ni s'agiter. En Angleterre, le public n'a même plus le droit de se lever, la police sécurise les lieux. En France, Raymond Domenech fait une déclaration d'amour télévisée en plein Euro... On voit partout que le foot devient un spectacle familial destiné à inclure les femmes. Pourquoi pas ? Mais ce serait une erreur de croire que la violence macho a disparu du paysage. Au contraire elle s'est radicalisée. Comme si le noyau dur des supporters était devenu plus brutal pour résister à cette « féminisation ». Maintenant, faute de pouvoir se bastonner dans les stades, les bagarres du foot se tiennent dans des terrains vagues, dans la rue, entre petites bandes incontrôlées. Et elles sont plus terribles. »

DES NUMÉROS ESSENTIELS **À COLLECTIONNER !**

LES HORS-SÉRIES INTROUVABLES EN KIOSQUE



Hors-série n° 1
"La psy mode d'emploi"



Hors-série n° 2
"Le métier de parents"



Hors-série n° 3
"Vivre en couple"



Hors-série n° 4
"Notre envie de mieux manger"



Hors-série n° 5
"Être un homme aujourd'hui"



Hors-série n° 6
"Le guide du développement personnel"



Hors-série n° 7
"Se faire du bien"



Hors-série n° 8
"Les clés d'une sexualité épanouie"



Hors-série n° 9
"Retrouver le plaisir de manger"



Hors-série n° 10
"Les nouveaux défis des parents"



Hors-série n° 11
"La rencontre amoureuse"



Hors-série n° 12
"Le guide des thérapies"



Hors-série n° 13
"L'érotisme au féminin"

BON DE COMMANDE

A découper ou recopier sur papier libre et à renvoyer sous enveloppe affranchie à : HS14

PSYCHOLOGIES MAGAZINE - VPC - BP 70004 - 59718 Lille Cedex 9

☑ **OUI,** je commande le(s) hors-série(s) suivant(s) :

❒ 1 - ❒ 2 - ❒ 3 - ❒ 4 - ❒ 5 - ❒ 6 - ❒ 7- ❒ 8 - ❒ 9 - ❒ 10 - ❒ 11 - ❒ 12 - ❒ 13

Au prix de 8 € par numéro* pour la France métropolitaine, soit .... numéros x 8 € = ...

Au prix de 11 € par numéro* pour la zone euro, soit .... numéros x 11 € = ...

Je règle par :

❒ Chèque bancaire à l'ordre de **Psychologies magazine**

❒ Carte bancaire N° |_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|

Date de validité |_|_|_|_|

Cryptogramme |_|_|_| (les trois derniers chiffres au dos de votre carte bancaire dans le cadre signature)

Date et signature obligatoires

❒ Mme Nom : ....

❒ Mlle Prénom : ....

❒ M. Adresse : ....

.... Code postal |_|_|_|_|_|

Ville : ....

Pays : ....

Date de naissance |_|_| jour |_|_| mois |_|_|_|_| année

Téléphone |_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|

E-mail : .... @ ....

(❒ j'accepte que mon e-mail soit transmis à des partenaires)

Service VPC : 03 20 12 86 01. Offre valable jusqu'au 13 août 2010 et dans la limite des stocks disponibles. *Frais de port inclus. Conformément à la loi « Informatique et libertés », vous disposez d'un droit d'accès et de rectification des données vous concernant. Vos coordonnées peuvent être transmises à nos partenaires sauf opposition de votre part ❒. Photo non contractuelle. RCS Nanterre 326 929 528. Psychologies - 149 rue Anatole France 92534 Levallois-Perret cedex.

Un mec, sa bande

Qu'il soit ado ou quinqua, célibataire, en couple ou père de famille, le mâle a l'instinct grégaire. Car du boulot à la chorale, l'essentiel est de se retrouver dans une même complicité.

PAR **VALERIE PERONNET**

Amateurs de 2 CV de collection, supporters de rugby, joueurs de poker, goûteurs de vin, footballeurs du dimanche, musiciens, philatélistes, fêtards, associés, voisins : tous ces gars ont en commun de former des bandes ! Mais que fabriquent les hommes quand ils se retrouvent entre eux ? De quoi se parlent-ils ? Qu'est-ce qui les réunit, et pourquoi «leur bande» est-elle si importante à leurs yeux ? Même s'ils sont peu prolixes sur leurs sujets de conversations, une chose est sûre : la plupart aime se rassembler pour faire des «trucs de mecs». Quel que soit le prétexte qui la constitue (partir au bout du monde, organiser des fêtes ou sauver leur boîte de la faillite) pour les «potes» que nous avons rencontrés, la «bande» est indispensable : elle fait partie de leur vie, et contribue à leur équilibre. Et pour la reconnaître, pas besoin d'être spécialiste : dans cette famille d'élection, il n'est jamais question de se prendre au sérieux et d'oublier de rigoler. L'amitié qui la soude fonctionne comme un baume qui calmerait les douleurs inhérentes à la vie conjugale, familiale ou professionnelle. Pour Mireille Dubois-Chevalier, psychothérapeute, «l'amitié est un amour sans enjeu, un échange sans compétition, sans hiérarchie et sans sexualité – laquelle implique un rapport de force, exprimé ou latent –, où peuvent s'exercer la liberté, l'égalité et la fraternité.» Une définition que nuance le psychanalyste Jean-Pierre Winter : «Il y a de la sexualité dans tout lien. Et l'amitié est précisément fondée sur son refoulement : en refoulant la part du sexuel tout en exaltant quantité de sentiments liés à l'amour, l'amitié permet un lien intime sans menace de désir.» Un lien apaisant.



« On se retrouve pour cultiver notre humour de mâles »

Raphaël, 27 ans (debout), et Christophe, Xavier, Serge, Jean, Christophe

« Je chante chez Les Agités du Vocal[1] depuis bientôt trois ans. C'est une chorale joyeuse et un peu déjantée, dans laquelle j'ai très vite trouvé ma place. Comme dans beaucoup de chorales, on s'amuse à cultiver notre esprit de pupitre. Nous, les basses, c'est grosses voix et testostérone. Comme on n'est pas du tout machos, on ne se prive pas de faire semblant. Nous organisons des « bars à basses », pour répéter entre nous autour d'une bonne bouteille et cultiver notre humour de mâles. J'ai toujours aimé les groupes. Pendant plusieurs années, j'ai fait partie d'une vraie bande de motards : un engagement total, hors limites, dans une aventure romantique et rock and roll. Ça m'a complètement isolé de la vie « civile ». Alors je suis revenu à un mode plus ouvert : mes copains de lycée, avec qui je joue à la belote, fume des clopes et fait danser les filles. Mes deux associés, avec qui je m'éclate au boulot. Et ma bande de basses, insérée dans une bande d'Agités, avec qui je passe beaucoup plus de temps que prévu ! »

1. Les Agités du vocal recrutent des basses et des ténors parisiens : http://ajtduvocal.com



« Notre principale activité, c'est la déconne »

Luc [illegible]

« On a tous fait la même école de commerce. Depuis, on ne s'est plus quittés. Aymeric, Thomas et Denis se sont mariés avec des filles de l'école, qui sont devenues des amies. On est parrains des enfants des uns, témoins des mariages des autres… Le groupe s'agrandit au fil du temps, autour de notre « noyau dur ». Christophe est le dernier arrivé : un pote de mon boulot qui s'est naturellement intégré… On peut dire que notre principale activité, c'est la déconne. On passe beaucoup de temps à se faire rire les uns les autres, en toutes circonstances. En plus de toutes les choses que nous faisons ensemble, nous entretenons des liens étroits et individuels avec chacun des autres. Notre « bande » est ouverte, exempte de toutes les lourdeurs qui peuvent plomber une famille par exemple. Le leader change naturellement, en fonction de l'activité en cours. On a très vite pris l'habitude de se dire les choses simplement, en évitant de les laisser pourrir. Comme ça, on ne s'engueule jamais. On s'aime depuis vingt ans, et de plus en plus. Je ne vois pas comment ni pourquoi je me passerais d'eux. Et je ne vois pas ce qui pourrait nous séparer… »

PHOTOS : BAUDOUIN



« Même quand on s'engueule, ce n'est jamais grave »

Sean, [illegible]

« J'ai commencé à fabriquer des décors dans l'atelier du théâtre Marigny, il y a plus de 20 ans, avec Michel et Bernard. Les autres sont arrivés petit à petit. Nous sommes tous dépendants les uns des autres, et obligés de travailler ensemble, très étroitement. Il n'y a pas de hiérarchie dans l'atelier : chacun a ses compétences, et tout le monde donne un coup de main si c'est nécessaire. Même quand on s'engueule ça n'est jamais très grave... L'an dernier, la direction du théâtre a décidé que notre atelier n'était pas assez rentable et devait fermer. On s'y est tous mis pour trouver une solution. Un de nos fournisseurs a racheté l'atelier, dont nous sommes devenus actionnaires. Ça nous semblait impossible d'être dissous. On passe nos journées ensemble depuis des années. On a affronté toutes les galères, et on est fiers de nos décors. Nous sommes de vrais amis. On voulait absolument que ça continue, et pouvoir le transmettre à la nouvelle génération. Pour l'instant, on a réussi. C'est comme avant, mais sans Richard, qui est mort l'an dernier, et Antonio, parti à la retraite. Ils nous manquent, beaucoup. »



« Sans cette amitié, notre vie serait déséquilibrée »

Olivier, 40 ans (au centre), et Ludovic et Louis

« Ludovic et Louis se sont installés dans la même résidence que moi, il y a dix ans. Nous étions tous les trois jeunes mariés. Nous sommes devenus une bonne bande de voisins. Ludovic était fan de VTT, Louis de rugby et moi de course à pied. Nous avons très vite pris l'habitude de faire un footing le dimanche matin. Quand on court ensemble, on court mieux. Même si on parle beaucoup, on ne perd pas de vue nos objectifs sportifs : cette année, nous nous sommes inscrits tous les trois au Marathon de Paris. Cette année, nous avons tous les trois quitté la résidence pour nous installer dans des endroits plus adaptés à nos familles devenues nombreuses. Nous ne sommes plus voisins, mais ça ne change rien. Nous sommes devenus de vrais amis, depuis longtemps. Nous nous voyons presque autant qu'avant. Mon existence ne serait pas équilibrée sans ces trois piliers : la famille, le boulot, les amis. Et le troisième pilier est le plus indéfectible, il me semble. J'ai d'autres d'autres copains et un niveau d'intimité différent avec chacun d'entre eux. Je ne conçois pas ma vie autrement, tous comptent énormément pour moi. »

PHOTOS : BAUDOUIN



« Tout seul, ce serait vraiment invivable »

Étienne, 17 ans (à droite), et Paul et Clément

« Paul et Clément sont dans la même classe que moi. On ne se connaît que depuis la rentrée, mais on est devenus inséparables. C'est très important, une bande de potes. J'ai déménagé cinq fois pendant ma scolarité. Dès que j'arrive dans une nouvelle ville, je me débrouille pour me faire des copains : c'est la seule chose qui ne déçoit jamais. Trouver un petit groupe sympa pour la vie de tous les jours, c'est le meilleur moyen de s'en sortir. Je n'ai jamais été très passionné par l'école, alors si en plus j'étais tout seul, ce serait invivable ! Il se trouve qu'on est trois mecs, mais je ne suis pas contre les bandes mixtes. Je trouve même que les filles facilitent les échanges dans un groupe. Avec Paul et Clément, on rigole, on parle beaucoup, mais pour les choses intimes, c'est encore un peu tôt. J'ai laissé toute ma bande du collège, et mon meilleur ami à Lyon où j'habitais il y a deux ans. C'est lui que j'appelle en cas de coup dur. On se connaît depuis longtemps, on se comprend presque sans rien dire. L'occasion ne s'est pas encore présentée, mais ça serait marrant que Parisiens et Lyonnais se rencontrent. Ça pourrait faire une sacrée bande de déconneurs... »

Jeu, set et match

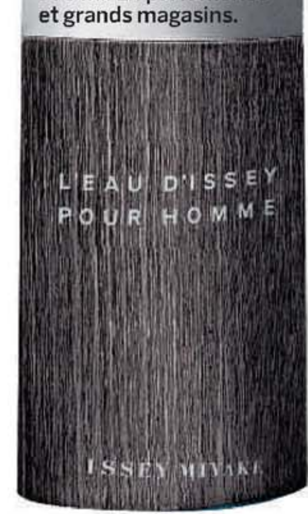
La semelle de cette chaussure de tennis contient du gel à l'avant du pied et sous le talon pour atténuer les chocs et assurer un confort maximal.
ASICS Gel Challenger 7. Du 39 au 49. 90 €. www.asics.fr





L'eau et le bois

Ce flacon, en édition limitée, est taillé dans du bois pour illustrer le célèbre parfum.
L'Eau d'Issey Homme. ISSEY MIYAKE. 60 € les 100 ml. En parfumeries et grands magasins.



3 en 1

Ce gel douche au parfum tonique nettoie et rafraîchit le visage, le corps et les cheveux.
LIERAC. Gel douche intégral. 10,90 € les 200 ml. www.lierac-homme.com



Mincir en dormant

Cette crème crée un effet chaud-froid pour activer la microcirculation et éliminer les graisses pendant la nuit.
SOMATOLINE Homme. 34 € les 150 ml. En pharmacies.



Hydrater sans coller

Simple et efficace, ce spray hydrate parfaitement le corps sans effet gras sur la peau.
CLARINS MEN. Spray hydratant corps. 29 € les 150 ml. En parfumeries et grands magasins.

Innovation retro

Inspirée des modèles des années 50, cette montre au design retro associe l'horlogerie traditionnelle avec les dernières technologies.
TISSOT Visodate 1957 Automatique. 445 €. www.tissot.ch





Bien vu

Pour avoir du style et bien protéger ses yeux du soleil avec ces lunettes aux verres bruns et polarisants.
Lunettes décor vis CARTIER. 555 €. www.cartier.fr

Je n'ai pas la beauté plastique d'un mannequin, ni la gueule d'une star de cinéma, mais est-ce vraiment un handicap avec les femmes ? Pas sûr [p. 108]. N'empêche : ce n'est pas une raison pour ne pas prendre soin de mes cheveux, de ma barbe et de mes poils [p. 114]. Je peux aussi réconcilier mon corps et mon esprit dans le yoga par exemple [p. 118]. Et, quel qu'il soit, oser l'afficher dans toute sa nudité, sans honte, sans exhibitionnisme ou fausse pudeur... [p. 122]



PHOTOS **PHILIPPE GARCIA**

La beauté cachée...

Ils sont laids mais plaisent aux plus belles. En pleine **dictature esthétique**, leur succès contre nature nous interroge : pourquoi la Bête plaît-elle souvent à la Belle ? Décryptage.

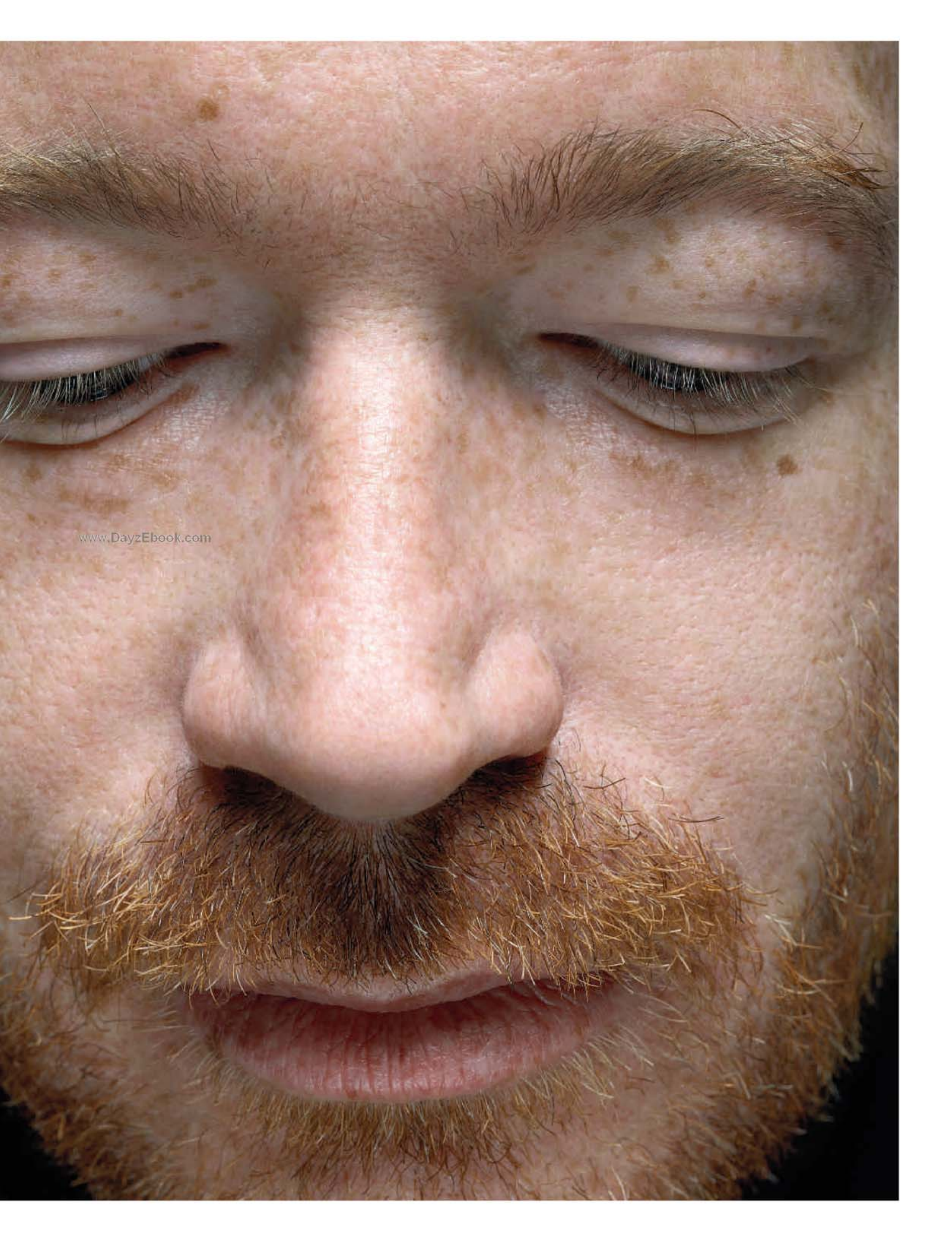
PAR **MARIE-HÉLÈNE JACQUIER**

« Ce n'est plus un complexe, c'est un constat. J'étais moche avec des dents mal placées, un visage insignifiant, un corps maigrelet. Mon adolescence a été un enfer. À l'âge où l'on n'a que son physique pour plaire, j'étais un repoussoir. Mon seul lien affectif avec les plus belles nanas, c'était mes fantasmes ou leurs confidences », raconte Thomas, 32 ans.

Cette laideur qui a tant fait tant souffrir Thomas et qu'il s'est efforcé de surmonter est pourtant d'une incroyable banalité. Elle ne mettait mal à l'aise personne d'autre que lui et ne le distinguait pas dans la foule. Elle s'inscrit simplement dans l'ordre de la nature, qui produit une variété de physiques comme la jungle voit éclore une quantité de plantes différentes.

C'est d'ailleurs là que se nichent les racines du problème de Thomas. Comme l'explique le sémiologue italien Umberto Eco dans son *Histoire de la laideur* (Flammarion, 2007), « est laid tout ce qui est hors des normes >>>







La loi des canons

Les canons de la beauté changent d'une culture à l'autre et évoluent au fil du temps. Les artistes ont longtemps cherché à formuler l'esthétisme rationnellement par des figures géométriques. Vitruve, architecte grec du Ier siècle avant J.-C. inscrit le corps humain parfait dans un cercle centré sur le nombril et dans un carré… Vers 1530, fort des études mathématiques sur la perspective et de la science anatomique, Léonard de Vinci reprend l'homme de Vitruve, et soumet au carré les divisions de son corps. Soixante ans plus tard, Albrecht Dürer renonce au canon idéal de la beauté et établit 26 types de proportions plus réalistes. L'idéal ne disparaît pas pour autant : aujourd'hui, la recherche d'une perfection subsiste, avec d'autres normes géométriques, notamment édictées par la mode, et esthétiques, imposées par les images du cinéma et de la télévision.

>>> de la beauté». Mais qui dicte ces normes? «Les canons de Vitruve qui datent du Ier siècle avant J. C. (cf. encadré) et, surtout, les médias et la mode qui projettent des visions idéalisées d'hommes ne correspondant pas aux fantasmes des femmes, répond le psychiatre Serge Tribolet. En désignant comme bel homme celui qui est jeune, viril, avec un corps érotisé, ils désignent comme laids tous ceux qui ne le sont pas!»
Dans une société où – cela a été prouvé par les travaux du sociologue Jean-François Amadieu[1] – la beauté érigée en vertu joue impitoyablement dans la sélection à l'école, sur le marché du travail, dans la justice… apprendre que la laideur n'est qu'une convention à un moment donné constitue une gifle de plus. Certes, un homme «laid» en 2010 ne l'aurait pas forcément été en 1970. Mais cette relativisation ne guérit en rien les blessures narcissiques que ressentent ceux qui s'estiment lésés par la nature. D'ailleurs le mot «laideur» ne vient-il pas du latin laedere, qui signifie «blesser»?

Surpoids, strabisme, voix de fausset, tics n'empêchent pas les bêtes de plaire aux belles.

De Jean-Paul à Jamel

Luc, 56 ans, explore toujours la douleur de cette blessure qui l'étreint dès qu'il est question de rencontrer l'autre sexe : «je n'ai jamais été un play-boy et j'ai pris trop de poids. Être gros, c'est être laid, indésirable. Séduire une femme? De la folie!»
Et pourtant! De Sartre à Elie Semoun, via Woody Allen, Vincent Lindon, Gérard Depardieu ou Jamel Debbouze, plus d'un homme médiatique a publiquement prouvé que si les séductrices au physique ingrat se comptent sur les doigts d'une main, l'inverse n'est pas vrai. Surpoids, rides, strabisme divergent, voix de fausset, gueule cassée, tics… n'empêchent pas les «bêtes» de plaire aux «belles». Les plus légendaires d'entre elles – Brigitte Bardot, Catherine Deneuve, Jane Birkin – ont adoré la «tête de chou» de Gainsbourg. *La Belle et la Bête* est un scénario d'une éternelle actualité. Le cinéaste Robert Enrico en avait proposé une bouleversante version dans *Les Aventuriers* (1966). Dans ce film, Lino Ventura, massif, tout en trogne et muscles taillés à la hache, emporte le cœur de l'héroïne, Johanna Shimkus, au nez du prince charmant désigné, un Alain Delon à la beauté plus féline et plus solaire que jamais. Sans aucun effort de séduction. Poussé par un désir de revanche?
Robert Enrico, qui avait lui-même un physique plus proche de la brute épaisse que de l'Apollon, alimente ainsi la question des lois de l'attraction

PHOTOS (PAGE PRÉCÉDENTE ET CI-DESSUS) : ©PHILIPPE GARCIA



des plus belles pour les hommes laids. Sont-elles mysophiles, frappées d'un syndrome qui les attire vers la laideur ? « Non, répond Serge Tribolet : elles rappellent juste la vérité de cette phrase d'Oscar Wilde : "Les hommes tombent amoureux par les yeux, les femmes par les oreilles". Et cela change tout. »

Il voit, elle écoute

C'est que dans leur approche respective du sexe opposé, hommes et femmes n'emploient pas les mêmes sens. « L'homme est un visuel. Il va être sensible aux canons de la beauté féminine, une silhouette, des formes, des yeux de biche... Pour la femme, qui recherche un homme sécurisant, apaisant, touchant (ce qui ne signifie pas forcément beau) le corps sera une présence, la bouche, une voix, les yeux, un regard », explique le psychiatre. En somme, le mâle admire chez la femme tous les signes physiques de fertilité, notion qui se confond avec celle de féminité. La femme, elle, ne « voit » pas l'homme : elle cherche chez lui tout ce qui peut prouver une force de caractère. Elle écoute sa voix et se laisse séduire par des « détails » révélateurs d'une personnalité rassurante. La neurobiologie (notamment les travaux de Lucy Vincent), explique que ces lois de l'attraction, ancrées dans notre cerveau depuis la nuit des temps, nous gouvernent encore malgré nous. Ce sont elles qui font dire à Flora, 45 ans : « J'aime les hommes qui ont "une gueule", un physique qui raconte un caractère, une intelligence, une histoire ! »
Comme Casanova jouant sa partition en anticipant les demandes inconscientes des femmes, les séducteurs laids connaissent parfaitement les atouts avec lesquels ils compenseront les ingratitudes de Mère nature. Le psychiatre et sexologue Philippe Brenot note avec amusement qu'ils savent profiter de l'ouïe, canal sensoriel privilégié de la femme. « Une femme a besoin d'entendre. Le laid qui le sait devra donc s'approcher pour embobiner la Belle avec la tessiture de sa voix, ses mots, son intelligence. Ses traits d'esprit à défaut des traits de son visage ».

La fascination du pouvoir

Bien plus que son physique, ce sont ces talents d'observation et la gamme de ses paroles et de ses gestes qui font son charme. Et c'est ce charme qui constitue la véritable beauté des laids chantée par Gainsbourg. De façon empirique, Thomas l'avait compris : « J'ai décidé de plaire aux belles femmes en jouant de l'écoute et l'humour. Finalement, c'est plus facile qu'on ne croit ! » Un autre ressort inconscient des femmes explique leur désir : la fascination du pouvoir.
Le pouvoir suggère la solidité, il rassure sur l'autre et sur soi. « Un homme laid qui parade avec une "bombe" a socialement réussi, assure le gynécologue et psychosomaticien Sylvain Mimoun. C'est un chef de meute. Or, pour une femme, le « chef de la meute » est toujours le plus intéressant car il déclen- >>>

« Subir ou séduire »

David, 26 ans

« Je sais que je ne suis pas beau depuis que je suis adolescent. Depuis que j'ai vu les filles de mon âge se pâmer devant les chanteurs de variété et les acteurs de télévision. La plupart d'entre eux sont formatés pour cadrer avec un supposé idéal masculin matraqué dès l'enfance. Des représentations du prince charmant dans les livres ou les dessins animés jusqu'au Ken de Barbie, elles ont constaté qu'un bel homme avait un nez parfait, des yeux bien dessinés et un corps d'athlète. Du coup, j'en ai fait des complexes : dans les groupes je me suis toujours senti (ou tenu ?) à l'écart et, pour m'en sortir, j'ai dû miser sur les fringues pour affirmer une personnalité. Et ça, ce n'est pas très viril. Maintenant, j'essaie de me distinguer avec des conversations intellectuelles. Mais je sens que ça ennuie parfois les filles. Je n'ai pas trouvé comment être moi-même et séduisant. »

>>> che en elle un sentiment archaïque de sécurité. En outre, ces hommes, métaphores de la Bête, lui permettent de réaliser un fantasme de toute-puissance remontant à la petite enfance : être celle qui, par la force de son amour, va révéler le beau prince derrière le visage monstrueux ! » Par ailleurs, une femme est aussi consciente du pouvoir social de sa propre beauté. En s'alliant à un homme laid, elle partage avec lui son aura et conforte leur puissance commune.

La Belle et le phallus de la Bête

En refusant toute généralité, le psychiatre et psychanalyste Serge Hefez évoque de son côté le fantasme de la transgression du tabou de l'inceste : « le premier "monstre" qui fascine la fillette, son premier objet amoureux, le plus beau, au sens non pas de la beauté mais de la force, de la détention du phallus symbolique, c'est son père. C'est lui que l'on retrouve dans le personnage de la Bête, puissante, couverte de poils, virile, qui séquestre la Belle sans l'agresser... C'est lui aussi que l'on retrouve dans ces hommes laids et séduisants. »

Pour Serge Tribolet, la conquête du phallus de la Bête est au cœur de la séduction des laids. « Plus un homme est beau, dit-il, plus on dit qu'il est efféminé. Quand il est laid, la question ne se pose pas. Il est un homme avec tous les attributs de la virilité. À son bras, une femme montre qu'elle contrôle, domine le possesseur du phallus symbolique. C'est une démonstration de force : la masculinité, c'est elle ! » Pas moins !

Négligez la Belle, la Bête et les contes de prince charmant, et ils reviennent au galop nous éclairer sur les retranchements de nos inconscients. Ils nous poussent à repenser les codes esthétiques à l'emporte-pièce qui nous barrent, hommes et femmes, la route du bonheur. Finalement, le prince charmant était peut-être moche, mais avec plein d'esprit et une voix de velours ! « Plaire aux belles femmes m'a appris à me voir autrement. Rassuré sur mon charme, admet Thomas. En plus, quand vous séduisez une belle femme, les autres belles femmes vous désirent et les hommes vous envient. »

Le prince charmant était peut-être moche, mais avec plein d'esprit et une voix de velours.

En pleine période d'interpénétration des genres, alors que les hommes sont invités à « féminiser » leurs comportements, les femmes laides pourraient aussi séduire des mâles aux sens éveillés. Le Beau et la Bête pourrait être le conte de demain. Mais Susan Bordo, philosophe américaine et spécialiste d'études des genres, envisage plutôt que ce conte s'appellerait Le Beau et La Belle. « Les tabous sexistes tombent l'un après l'autre, écrit-elle[2], et la différence entre les pratiques de beauté des femmes et des hommes s'estompe. Cette évolution pourrait permettre aux hommes de mieux se plaire dans leur corps, mais ce n'est pas toujours le cas car ils sont gagnés par la tendance autrefois réservée aux femmes : l'incessante évaluation de soi. » Ce serait alors le triomphe du miroir solitaire. Barbie et Ken en modèle unique.

Tendance rebelle

« A la fin du XXe siècle (...) chaque groupe social affirme ses propres normes de beauté qui se propagent dans la fluidité du monde. Si la beauté est un miroir qui reflète les valeurs magnifiées des individus, on comprend qu'elle soit loin de faire consensus et que chacun la voie à sa porte, écrit l'anthropologue David Le Breton dans *100 000 ans de beauté*[1] (...)Les anciennes formes rebelles conservent une touche d'excentricité, mais se renouvellent et parfois, comme le tatouage ou le piercing, loin d'incarner la dissidence, elles incarnent l'air du temps et transforme la rébellion en un art de vivre très tendance (...) Ce n'est plus la révolution qui est belle, mais le T-shirt standardisé sur lequel Che Guevara sourit. »

1. 100 000 ans de Beauté, sous la direction de Françoise Gaillard et Elizabeth Azoulay (Gallimard 2009)

Quel beau êtes-vous ?

Prenez soin de vous avec notre test : « Hommes : votre beauté et vous » **www.psychologies.com**

418 073 383 RCS Nanterre

Somatoline Cosmetic™

HOMME

Ventre et Abdomen Intensif nuit.

Réduit de 2 cm en 4 semaines* pendant votre sommeil.

Innovation.

Somatoline Cosmetic™

HOMME

traitement
ventre et abdomen
intensif nuit

Réduit la circonférence de 2 cm en 4 semaines* pendant votre sommeil

MenRedux-complex™ amincissant et tonifiant

Somatoline Cosmetic Ça fonctionne

Somatoline Cosmetic Ventre et Abdomen Intensif Nuit est une crème amincissante innovante, qui pénètre facilement, spécialement conçue pour cibler la zone abdominale de l'homme, avec une seule application le soir. Grâce à son complexe exclusif, le MenRedux-complex™, et à son action cryo-thermique unique, elle profite de la nuit pour une réduction intensive et rapide de la circonférence abdominale.

Somatoline Cosmetic. Ça fonctionne.

*Réduction de la circonférence. Résultat moyen obtenu sur 36 hommes testés. Action cosmétique qui ne comporte pas de perte de poids.

En Pharmacie et Parapharmacie.

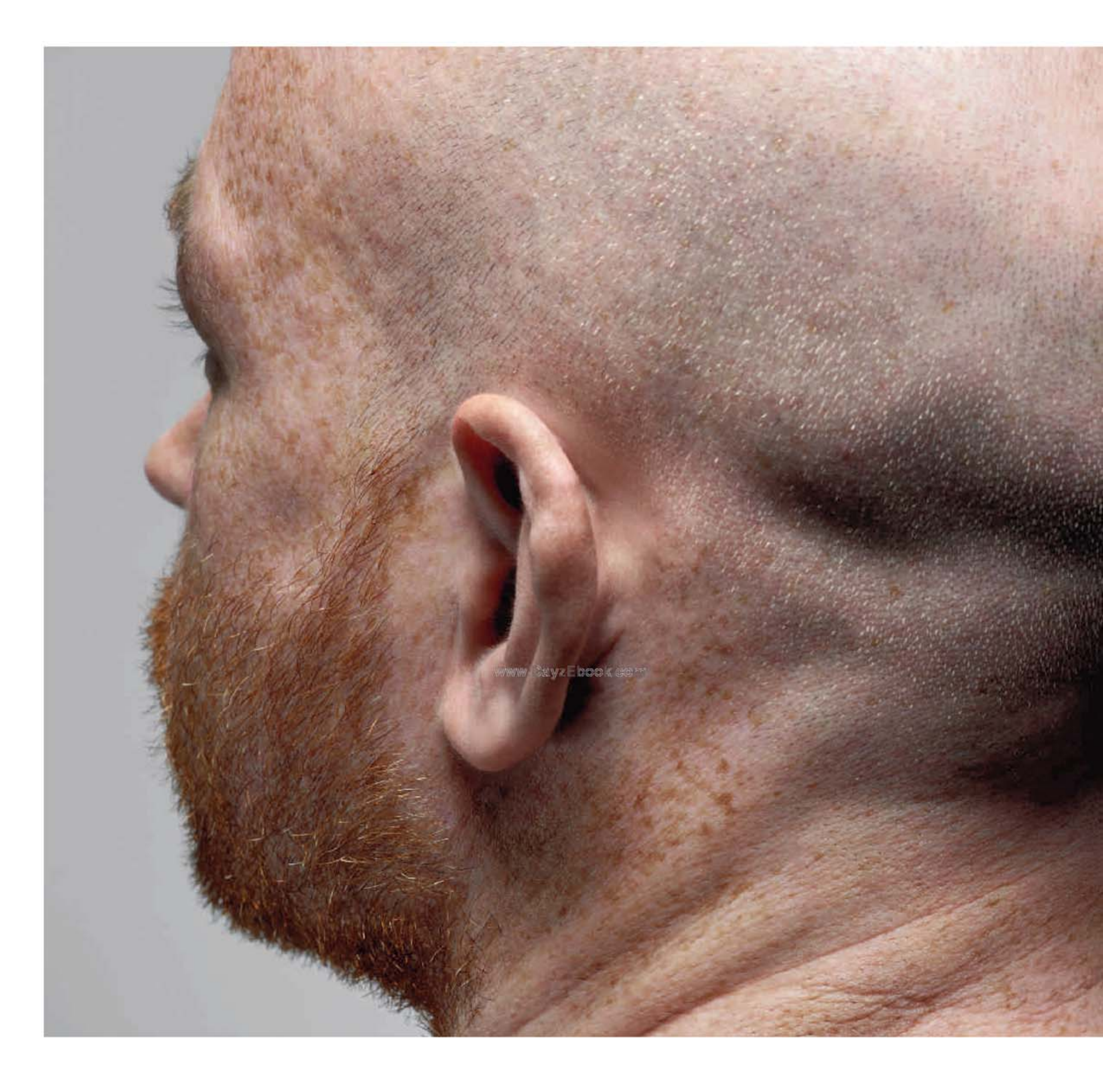


PHOTO : ©PHILIPPE GARCIA

Lisse ou velu ?



Épilé, barbu ou tondu ? En domestiquant sa pilosité naturelle, l'homme ne cède pas seulement à la coquetterie ou aux injonctions de la mode : il reprend possession de son corps, quitte à redéfinir **sa propre identité.**

PAR **STANISLAS DE HALDAT**

Les humanoïdes d'*Avatar*, les progrès des biotechnologies, la chirurgie esthétique démocratisée... À l'aube du XXIe siècle, le corps semble être redevenu un champ d'investigation privilégié des artistes, des scientifiques et de tous ceux que stimulent les questions sur l'identité et l'allongement de la vie. C'est ainsi qu'aujourd'hui, il est possible pour un homme de rechercher l'androgynie et l'éternelle jeunesse sans s'attirer les foudres de la réprobation sociale. Il peut réinventer son corps hors du seul modèle sportif. Son premier travail de transformation (le plus accessible) consiste à domestiquer sa toison naturelle, celle qui lui rappelle qu'avant d'être mâle, il est animal. Cette chasse au poil s'inscrit dans une rébellion contre cette condition et dans une quête de perfection. Le sociologue Jean-Didier Urbain[1], place ainsi l'épilé « à côté du frais, du jeune, du souple, du lisse, du bronzé ou de l'uni ». Voici son corps « arraché au temps, à la décomposition, au végétatif vulgaire, rêvé autarcique, pur signe de lui-même. » Derrière l'apparente futilité des salons de beauté masculins et des modes capillaires, le mâle s'en va à la conquête de lui-même. Comme un guerrier.

1. Sur la plage

À quoi servent **nos poils** ?

Ce sont les résidus de notre animalité. Les poils servaient de couverture naturelle : avec l'invention du tissage et la conquête du vêtement, ils ont perdu leur raison d'être. Ils retenaient aussi les odeurs nécessaires à la reconnaissance olfactive de nos pairs et les parasites de notre écosystème physiologique. Cet écosystème a changé avec le développement de l'hygiène : odeurs et parasites sont devenus indésirables, témoins d'un stade animal que l'on ne veut plus assumer. Les poils sont naturellement tombés. Mais pas complètement. Les touffes qui restent dans les creux – aisselles et pubis – régulent la chaleur de ces zones fermées et servent encore à signaler chez les adolescents l'entrée en âge de la procréation. Ils n'ont plus d'autre utilité. Dans les vieilles cultures patriarcales, notamment au sud de la Méditerranée, les poils apparents gardent une fonction sociale : la moustache des hommes marque symboliquement la maturité, et la barbe la sagesse. >>>

La moustache : du viril au féminin

Jusque récemment dans le monde latin et, aujourd'hui encore dans le monde musulman, la moustache signe l'autorité de l'homme et le caractère patriarcal de la société. Il n'y a d'ailleurs qu'à jeter un coup d'œil à l'Histoire pour constater que de Staline – « Le petit père des peuples » – à Saddam Hussein, via Hitler, Franco et Pinochet, beaucoup de dictateurs portaient moustaches. Dans un Occident qui s'est démocratisé et féminisé, les bacchantes ont donc généralement été bannies dès la seconde moitié du XXe siècle.
Elles survivent marginalement. Les gays tendance Village People les ont arborées dans les années 70, et des modes passagères les font repousser dans un souci plus esthétique que machiste. Le Paris Moustache Club remet ainsi au goût du jour un vieux dicton allemand : « Un baiser sans moustache est comme une soupe sans sel » et revendique « la moustache comme un bijou, comme une ligne d'horizon, un éclair, comme le coup de pinceau qui rehausse le visage, une ligne fluo pour se signaler dans le noir. » Version Mousquetaire, Zorro ou Tom Selleck, la moustache est donc devenue un accessoire, qui, paradoxalement, « féminise » celui qui l'exhibe : comme le maquillage, elle exige des soins méticuleux et constants devant le miroir de sa salle de bain. Un truc de fille ?

La taille de la barbe

Depuis Gainsbourg, qui réglait savamment le sabot de son rasoir, la barbe de trois jours n'est plus l'apanage des artistes, des fêtards et encore moins des clochards. Joues et mentons piquants sont admis dans les bureaux et s'accordent parfaitement au costard cravate, pourvu que cette barbe naissante soit entretenue. Elle virilise le visage des jeunes gens et rajeunit celui des hommes mûrs, en leur donnant l'air décontracté de celui qui se fiche des conventions de papa. Elle prolonge souvent des pattes précisément taillées et s'orne parfois d'un bouc dont la mode perdure. Signe de son chic, elle a aussi induit le retour des barbiers à l'ancienne, dont les services et les tarifs sont devenus nettement plus luxueux que les manieurs de coupe-choux d'autrefois.
La mode a aussi proposé ces dernières années la barbe tendance Chabal. Mi-homme des bois, mi-dieu antique, entre yéti et yahvé, le rugbyman a remis au goût du jour l'équation pilosité-virilité. Mais attention, cette barbe sauvage se porte avec des épaules de bûcheron sous peine de passer pour un hippie attardé.

Chauve qui peut

« Une belle crinière évoque, par déplacement, un beau sexe, dit le psychanalyste Gérard Bonnet. Craindre de perdre ses cheveux, c'est craindre de voir s'étioler son potentiel érotique. » Les hommes le savent depuis la mésaventure biblique de Samson, qui perd sa force quand Dalila lui coupe les cheveux. La simple observation de notre entourage le confirme : un quadragénaire avec cheveux paraît plus dynamique qu'un trentenaire dégarni. Par ailleurs, des études montrent que l'on va plus loin et plus vite dans l'entreprise quand on a du poil sur le caillou (autrement dit, du toupet). La calvitie naissante ou galopante est donc un problème majeur de la gent masculine.
Pour y remédier sans recours à des traitements ou des implants, la tonte s'impose. Les chauves ont leurs héros qui, de Yul Brynner à Zinédine Zidane en passant par Samuel L. Jackson, Jason Statham ou Bruce Willis, ne sont en rien dévirilisés par la perte de leur cheveux. D'autant moins que le crâne rasé évoque un monde très masculin, celui des casernes et des bagnes. Il affermit aussi les traits du visage et donne souvent une « gueule » singulière à celui qui le porte. Celle d'un dur ou d'un sage, à l'image de ces bonzes dont la tonsure décuple la force sereine.

Glabre du haut en bas

C'est une tendance apparue ces dix dernières années sous les influences de l'esthétique gay, du porno, des fabricants de cosmétiques, et, surtout, des injonctions du jeunisme : l'épilation partielle ou totale du corps. Ainsi, les poils du dos, qui renvoient au machisme ridicule d'un Aldo Maccione roulant des mécaniques ou, plus régressivement, au gorille, sont condamnés. La toison torsale, elle, a l'inconvénient de grisonner et donc de marquer le vieillissement. À défaut de la teindre, on peut s'en débarrasser comme on tondrait son crâne trop dégarni. Le rasage des jambes est longtemps resté l'apanage des sportifs pour des raisons techniques (la performance des nageurs, le soin des cyclistes en cas de blessure), mais il séduit aussi tous ceux qui ont un penchant pour l'androgynie voire le travestissement.
Reste le pubis et les fesses. Déboiser partiellement ou totalement les parties génitales est assez fréquent… et compréhensible : moins de poils met la verge en valeur. (Le rasoir est à manier avec précaution, mais l'arrachage à la cire n'est pas non plus indolore).
Quant à s'épiler la raie des fesses, on peut y voir la volonté d'exhiber un corps au lissé aussi photogénique que celui des stars du porno. On peut y comprendre aussi ce que suggérait déjà au Ier siècle le poète latin Martial dans cet épigramme : « Quand tu épiles ta poitrine, tes jambes, tes aisselles, quand tu débroussailles ta pine, tu le fais pour elle. Mais à qui penses-tu quand tu rases ton cul ? » Ces vers peuvent faire sourire, mais ils posent une question abyssale que bien des psys nous invitent à méditer : à quoi pensons-nous, quand, adultes (homme ou femme), nous voulons présenter à l'autre le corps imberbe d'un enfant ?

PHOTO : ©BETTINA RHEIMS / H&K



… Valérie Lemercier

« J'étais le petit garçon de mon père »

« Avant, je m'habillais avec de grands machins qui faisaient tonneau pour me cacher. Pendant longtemps, j'ai dû être un genre de tue-l'amour.
Il y a quelques années, j'ai posé nue en couverture d'un magazine féminin mais je regrette presque d'avoir fait ces photos. Aujourd'hui, elles me donnent l'impression d'avoir voulu prouver quelque chose… Quelque chose d'un peu volontaire qui voulait dire : "Regardez, je ne suis pas que drôle."
J'étais une petite fille plutôt garcon. Être fille, ce n'était pas mon rôle chez moi. Nous étions quatre filles, mais moi j'étais le garçon.
Mon père m'appelait au masculin, "mon petit Valou". J'étais la seule à avoir les cheveux tout courts.
On m'envoyait chez le coiffeur pour homme, monsieur Bachelet, à Yvetot. En rentrant à la maison, je mettais immédiatement un bonnet. Je n'ai jamais su pourquoi on me coupait les cheveux comme ça.
J'étais peut-être le garçon que mon père aurait aimé avoir… Pourtant, il adorait ses filles. Je devais sans doute être un peu perturbée puisque j'ai fait pipi au lit jusqu'à 14 ans. Ma mère m'avait acheté un appareil qui s'appelait le pipi-stop. Il sonnait quand je faisais pipi. Ça réveillait toute la famille sauf moi.
L'appareil était dans une petite valise que je devais emmener quand j'allais dormir chez des copines.
Je disais que c'était ma valise de poupée. Quand j'allais en camp, c'était la honte. Dieu merci, c'est fini. »

Extrait de Psychologies magazine, *avril 2007.*



Ils osent le yoga

Ils ne se sentaient pas prêts à s'asseoir en lotus au milieu de femmes. Mais, pour calmer leur stress ou pour délier leur corps, ils s'y sont essayés. Depuis ils le disent : le yoga est aussi fait pour les hommes.

PAR **VALÉRIE PÉRONNET**

Morts de rire. Quand il leur a annoncé que le jeudi soir, depuis septembre, pour lui c'était yoga, les copains de foot de Johan, 35 ans, étaient morts de rire. Pourquoi pas tricot, ou macramé, tant qu'on y est ? Johan a encaissé, en riant lui aussi. « Ce qu'ils ne réalisent pas, c'est que depuis que je fais du yoga le jeudi, le vendredi, au foot, je pourrais me dispenser des étirements et des exercices d'assouplissement ». Il n'en revient pas lui-même. « J'ai décidé de faire du yoga parce que je cherchais une activité que je puisse pratiquer avec ma femme. C'est elle qui a eu l'idée. J'ai suivi par curiosité. Je n'imaginais pas un seul instant que ça me plairait à ce point, et surtout, que ça me ferait autant de bien. »

Jérôme, 50 ans, lui, s'est inscrit au moment où son nouveau célibat a commencé à lui peser. « Je me suis dit que le meilleur moyen de rencontrer des filles, c'était de faire un truc de filles ». C'est comme ça qu'il s'est retrouvé assis en position du lotus dans un club branché de la capitale, deux hommes au milieu de quinze femmes, tout émoustillé au moment où la (jolie) prof encourage ses élèves, en plein

PHOTO : ©PHILIPPE GARCIA



exercice de respiration, d'un « faites-moi votre plus joli décolleté ».

Laurent, 41 ans, était stressé par son boulot, et son grand corps d'ex-hockeyeur un peu cabossé par des années de compétition. Il a choisi le yoga pour la douceur et la « zenitude ». « Depuis, je dors beaucoup mieux et je ne mets plus les pieds chez l'ostéopathe ». Comme Philippe, 38 ans, directeur commercial, et Simon, 45 ans, créatif dans la pub, qui ont un jour poussé la porte d'un cours de yoga pour « faire une pause » et proposer à leur corps une alternative tranquille aux sports violents et au stress quotidien, sans savoir que toute leur vie allait en être transformée : dix ans plus tard, les voilà l'un et l'autre prof de yoga, passionnés par l'aventure et intarissables sur leur nouvelle existence.

C'est comme ça, même si ça fait ricaner les copains de Johan : bravant les sarcasmes testostéronés et les clichés du hippie en lévitation dans les vapeurs d'encens, de plus en plus d'hommes modernes se sont mis au yoga. Le plus souvent, parce qu'ils cherchaient une solution pour résoudre une gêne physique : « J'avais des problèmes de respiration, se souvient Johan. En particulier au moment de prendre la parole en public, pendant les réunions de tra- >>>

>>> vail. J'étais essoufflé, mon cœur battait trop fort... Ça commençait à prendre des proportions inquiétantes. J'ai même eu plusieurs crises d'angoisse, au volant de ma voiture, coincé dans les embouteillages... »

Une musculature de rêve

Aucun de ces hommes ne brûlait d'envie de faire du yoga dès l'enfance, comme ce peut être le cas pour le rugby ou le tennis. Ils s'y sont mis raisonnablement, en espérant que ça leur ferait du bien. Et ça leur a fait du bien ! Un bien fou, même...

« Presque du jour au lendemain, je n'ai plus eu mal nulle part », se souvient Laurent. À part un peu partout dans le corps, après chaque séance : contrairement à l'idée que s'en font les ricaneurs, le yoga implique un réel engagement physique, qui fait transpirer et travailler les muscles. « Je fais du foot et du tennis très régulièrement. Mais après le yoga, au début, j'étais perclus de courbatures. J'ai senti très précisément des parties de mon corps dont j'ignorais même l'existence ! » Malgré ces difficultés, Johan a persévéré. « Parce que, en dehors des courbatures, je sentais une transformation en moi. Un truc un peu difficile à expliquer : j'avais des sensations nouvelles, comme si je reprenais possession de mon corps, en entier, pas simplement par les muscles et la force. »

Quant à Philippe, il n'en revient pas : lui qui n'a jamais été un grand sportif se retrouve avec un corps remusclé, dont il n'aurait jamais osé rêver !

C'est une des raisons pour lesquelles les hommes hésitent à se lancer : le yoga a cette image de sport qui n'en est pas un, un peu mou, un peu doux. Un « truc de filles », comme dit Jérôme... Il n'a pas complètement tort : le yoga n'est pas vraiment un sport. Ou alors, un sport exempt d'un grand nombre des critères qui le caractérisent habituellement : absence totale de compétition, d'extériorisation, d'adrénaline, de spectacularité... C'est sans doute ce qui plaît aux femmes, et donne au yoga sa mauvaise réputation dans les vestiaires des stades et les salles d'entraînement. Une fausse réputation : si les copains de Johan étaient mieux renseignés, ils sauraient qu'en Inde, où le yoga est né environ 3000 ans avant notre ère, il était pratiqué exclusivement par les hommes jusque dans les années 50. Et que, s'il n'est jamais question pour eux de gagner une médaille, les adeptes du yoga travaillent avec constance et détermination à l'amélioration de leur pratique individuelle... Jusqu'à être capables de réaliser des postures qui demandent tellement de souplesse, de concentration, de coordination entre l'effort musculaire et la respiration, d'endurance, qu'elles pourraient être considérées comme des exploits sportifs par n'importe quel compétiteur. Oui mais voilà : en yoga, des compétiteurs, il n'y en a pas...

Le yoga implique un réel engagement physique, qui fait travailler tous les muscles.

La souplesse au masculin

Ce qui n'empêche pas certains coaches d'utiliser les bienfaits de cette pratique pour améliorer les capacités des champions qu'ils entraînent : même s'ils ne s'en vantent pas, de plus en plus de sportifs de haut niveau l'intègrent dans leur préparation...

L'absence de compétition n'est pas la seule raison pour laquelle les hommes ont du mal à s'imaginer en position du lotus. Il se trouve que celle-ci et les 7000 autres du yoga demandent une souplesse dont ils sont souvent exempts, bien plus que les femmes en tout cas. Ce que Jérôme ne dit pas, c'est que seul au milieu de son cours de femmes, il a

Choisir par plaisir

Hatha-yoga, Ayurveda, power-yoga, kundalini, intégral, tantra, Bikram, ou Sivananda ? Pour un non-initié, l'univers du yoga, c'est du chinois. Voire, de l'indien, de l'égyptien, du tibétain... 7000 postures, des dizaines de chapelles, des centaines d'écoles, comment choisir où poser son tapis, et d'ailleurs, quel tapis choisir ? Tous les anciens débutants s'accordent sur une réponse unique à cette question cruciale : peu importe. Ou, plus exactement : suivez votre intuition. Et choisissez un endroit qui vous semble accueillant et facile d'accès, où les élèves ne sont pas trop nombreux, ni empilés les uns sur les autres, et où vous êtes accueillis par un professeur qui vous plaît. Souvent, il est possible de prendre un ou deux cours d'essai avant de s'engager : essayez. Si ça ne vous plaît pas, cherchez ailleurs !

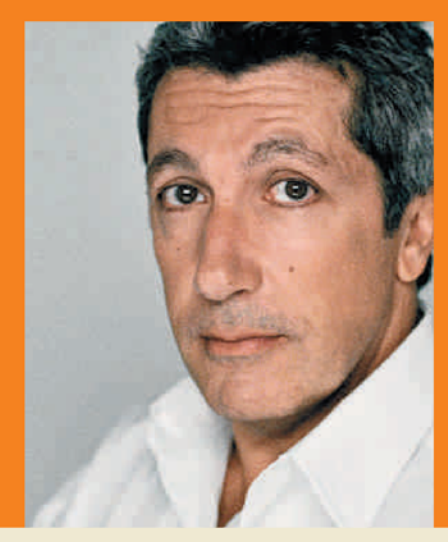
beaucoup plus de difficultés qu'elles à se plier aux exercices... C'est la raison pour laquelle Simon a inventé le « stiff-man yoga » (yoga pour personnes raides), un cours surtout fréquenté par les hommes, ravis de pouvoir s'aider de sangles, cales et autres accessoires, et de ne pas avoir l'impression d'être nuls en face de femmes au corps plus délié que le leur...

Corps sain pour esprit sain

« Je voyais mes élèves masculins se décourager devant leur raideur. Pour qu'ils se sentent plus à l'aise, et puissent réellement profiter de tous les autres bienfaits des postures, j'ai adapté le travail à leur manque de souplesse. Ça leur permet de prendre leurs marques sans se prendre la tête, et de progresser tranquillement. »
Leur progression, Laurent et Johan en parlent avec un mélange d'étonnement et de pudeur toute masculine : le yoga a transformé leur corps, mais aussi le rapport qu'ils entretiennent avec lui, avec leur esprit, et avec le monde. C'est peut-être pour ça que, dans l'esprit de beaucoup d'hommes, le yoga est un « truc de filles » : tout simplement parce qu'il engage ceux qui le pratiquent dans un chemin intérieur que les femmes assument mieux que les hommes. À tort, visiblement. « J'adore faire ça avec ma femme, et au milieu de femmes, se réjouit Laurent. La respiration, la relaxation, la concentration, la méditation, m'aident à prendre du recul, et sûrement à être un peu moins con. »
Quant à Jérôme, s'il n'a pas trouvé la femme de sa vie, il a au moins pu comprendre une chose qui facilitera sa quête : les femmes adorent les hommes qui ont su trouver une harmonie entre leur corps et leur esprit. Ça tombe bien : c'est pile-poil ce que propose le yoga...

PHOTO : ©PATRICK SWIRC / CORBIS OUTLINE

ÊTRE UN HOMME SELON...



... Alain Chabat

« Je coche les cases de ma vie »

« Je me suis intéressé assez tard aux filles. À l'adolescence, j'avais peur d'elles, je me faisais des films. Et quand je me suis aperçu qu'elles étaient gentilles, j'ai été rassuré, et alors – ce n'est pas une fanfaronnade –, ça a bien marché. Je n'ai pas “manqué pendant la guerre”, même si j'ai aussi vécu l'adage : “On fait rire les filles, et après elles partent avec le beau.” Elles ont raison. Elles ont ri, et après elles ont un trophée. Il y a des hommes trophées, des femmes trophées. Il faut cocher des cases. On y voit plus clair. Pour passer d'une étape de vie à une autre, on doit cocher des cases. J'ai coché la case “adolescence”. Ensuite, la case “vie d'homme célibataire”. J'ai été avec “six femmes en même temps”, coché. “Une femme par soir”, très bien, coché. “Rien du tout pendant six mois”, fait aussi. Après, c'est un peu plus calme pour avancer. On peut passer à autre chose...
Mes enfants me réveillent. Ils me mettent face à mes choix. Il faut donc que ceux-ci soient en accord avec ce que je pense, sans être une honte pour eux. Je ne me sens pas sans faille, mais je me sens adulte et père. Dans tout ce bordel, je crois que mes enfants ont trouvé un équilibre qui m'épate. Ma prochaine étape, c'est d'enlever les cases et de pouvoir dire : “Je ne coche plus.” La suite du chemin sera plus légère. Mais il reste quand même la case “prendre un peu plus de temps pour soi”. Elle est encore vierge. Elle tapote du doigt, elle dit : “C'est quand tu veux pour me cocher, je suis prête.” »

Extrait de Psychologies magazine, *mars 2008.*

Ceci est **mon corps**

Pour être performants dans un monde compétitif, les mâles d'aujourd'hui doivent prêter attention à leurs formes. Mais ils le font aussi par plaisir. Cinq hommes le revendiquent en se déshabillant.

PAR **MARIE-HÉLÈNE JACQUIER**

La salle de bains n'est plus le domaine réservé des femmes. Armés de leurs propres cosmétiques, les hommes l'investissent dans leur nouvelle quête de bien-être et d'épanouissement. « Il y a un phénomène récent d'autoséduction dans la construction du narcissisme masculin. Ils sont dans l'évaluation d'eux-mêmes », constate le psychothérapeute et sexothérapeute Alain Héril. Mieux, le soin qu'ils accordent à leur corps, le massage par exemple, serait « une forme nouvelle d'auto-érotisme. Avant, seule comptait la longueur leur pénis. Maintenant, j'ai de plus en plus de patients qui veulent des préliminaires… pour eux ! »

Faut-il voir dans ce goût de soi un indice de la fameuse « féminisation » des hommes ? « Non, répond l'anthropologue Gilles Boëtsch, "Monsieur corps" du CNRS[1]. C'est l'effet du "jeunisme" et du rapport au corps très complexe dans la pensée occidentale. Nous avons une conception gestionnaire de notre corps avec les procédures pour le préserver : diète, sport, chirurgie. En prenant soin de lui, l'homme entretient son capital social. Celui qui se laisse « aller » est vieux. Même un grand patron doit être bronzé, musclé, mince pour prouver qu'il est efficace… Dans sa concurrence sur le marché du travail, la femme a introduit une dimension esthétique. Les hommes ripostent avec les mêmes armes. » Alors, si on se réjouit de voir les mâles découvrir de nouveaux plaisirs, on s'inquiète aussi pour eux. Car la tyrannie de l'apparence n'est qu'une longue histoire de souffrances chez les femmes. Les hommes sont prévenus : une fois entré dans sa salle de bain, on n'en sort pas facilement.

1. Auteur avec Bernard Andrieu du Dictionnaire du corps dans les sciences sociales, *CNRS Editions, (2008)*



PHOTO : PHILIPPE GARCIA



Alexandre, 48 ans, styliste

« Harmonie, c'est le mot qui résume ma relation à mon corps. Je l'aime, je l'ai toujours aimé. Instinctivement. Même contre ma mère qui le trouvait moche, trop gros. Ce n'est pas un corps moderne mais un corps d'homme de la Renaissance, massif avec des jambes puissantes, abrupt, en contradiction avec mon côté fleur bleue. Avec ce corps, la nature m'a fait un cadeau luxueux et j'en prends soin. En cuisinant par exemple. Savourer des beaux produits bien préparés est le premier cadeau que je lui fais. Je déteste les salles de sport. Selon l'environnement, je fais du ski, du vélo, je nage nu dans l'eau d'un glacier de Patagonie... Je ressens alors une exultation corporelle dans la communion avec la nature qui me ramène au paradis terrestre. Je n'ai aucune gêne à me montrer nu. Ma nudité, c'est ma vérité, celle d'un homme d'âge mur dont la vie a sculpté le corps. J'aime m'habiller en cherchant une harmonie avec lui, pas uniquement de face mais de dos aussi. La peur de vieillir ? Il n'y a pas plus séduisant qu'un homme de 60 ans épanoui ! Je suis bien avec mon corps depuis toujours. La première fois que je l'ai senti « vivre », c'était vers six ans, en participant à des danses basques. J'ai un souvenir précis de mes sensations. Mon corps était fait pour danser, il avait un langage spontané que ma famille a étouffé. Je l'aime d'autant plus que je sais qu'il a raté sa vie. »



« Un jour, je suis sorti de l'emballage »

Dominique, 44 ans, gestionnaire de grands comptes

« Moins 42 kg en 2 ans grâce au By Pass, un système qui dirige les aliments directement vers les intestins et évite de tout assimiler ! Ce sont des raisons médicales, pas esthétiques qui m'ont poussé à maigrir, j'étais obèse morbide, 140 kg pour 1,80 m. J'étais très bien dans ma peau, avec une vie sexuelle épanouie et « À table ! » était pour moi le cri du bonheur. Pendant cet amaigrissement, j'ai d'abord été le spectateur de mon corps, nouant avec lui quasiment une relation scientifique. Pour la première fois de ma vie, j'ai découvert une peau d'une élasticité incroyable, un cou alors que ma tête avait jusque-là été vissée dans mon corps, des os là où avant il n'y avait qu'un bourrelet… C'est comme si une fermeture éclair s'était ouverte et que j'étais sorti de l'emballage ! Un coach m'aide à travailler ma silhouette : massages, Power Plate… je suis devenu acteur de mon corps. J'envisage une liposuccion, un tatouage dans le dos en ultime récompense mais ce nouveau corps m'a déjà ouvert de nouveaux horizons, sexuels. Je change trois fois de tenue avant de partir travailler, je ne me lasse pas de me regarder dans la glace, en entier, alors qu'avant, je m'en tenais à la tête… Le seul problème, c'est que je n'appartiens plus à aucune une catégorie esthétique, ni crevette ni "ours" : j'ai moins de succès ! »



Alvaro, 41 ans, coach sportif

« J'ai redécouvert le langage de mon corps après l'avoir rejeté pendant 4 ans. Je saturais après 27 ans de judo dont une carrière dans l'équipe de France (- 80 kg). Pendant tout ce temps, mon destin a été entre "ses" mains. Une relation intime, totalitaire. À ne rien faire d'autre que m'occuper de lui, sans interruption ! À me réveiller en me demandant comment il allait réagir, à le connaître aux 5 g près, qui décidaient de ma participation ou non au combat, à l'écouter pour le pousser au maximum de la douleur parce que dans le sport de haut niveau, il y a cette croyance qu'elle rend « fort » Un calvaire permanent. Adolescent, il m'a complexé. Pour tout le monde, le sportif est un décérébré alors qu'il faut une clairvoyance absolue pour gagner une stratégie élaborée par l'esprit. Il m'a fallu du temps pour comprendre que mon corps m'a aidé à exprimer ma rébellion. Dans ma famille, tout le monde écrit, raconte des histoires : mon grand-père, Jules Supervielle, ma mère, mon frère, mon père journaliste... Le poids intellectuel était trop fort. Moi, j'ai choisi d'écrire avec mon corps. Aujourd'hui, je l'entretiens parce que je trouve qu'un beau corps d'homme doit être proportionné et dessiné. J'ai atteint la cohésion entre mon esprit et lui en pratiquant le yoga et en admettant que je suis bien mentalement quand je fais du sport... mais à petite dose ! »



« Mon tatouage est mon étendard »

Milan, 24 ans, agent immobilier

« Aujourd'hui, j'aime bien mon corps. Si c'était celui de quelqu'un d'autre, je le trouverais sympathique, appétissant. Je l'ai embelli à force d'exercices (1 heure de gym quotidienne) pour développer ma sangle abdominale et ma carrure qui, pour moi, est la marque de la virilité. Je fais attention à mon look, j'épile mes sourcils trop broussailleux, j'hydrate ma peau, je mets de l'anticernes, je me fais faire une manucure une fois par mois et je suis en autosurveillance permanente pour la nourriture sauf le week-end où je me lâche… Ce sont des contraintes mais comment y échapper ? On est tellement jugé, aimé, recruté sur notre apparence ! Je pense que de ce point de vue, nous, les jeunes hommes, sommes moins libérés que les générations précédentes. En même temps, ce corps-vitrine est la carapace qui me protège. Il dégage de la sûreté, de la prestance, parfois une dose d'agressivité alors que suis tout sauf rassuré et violent. Je n'ai pas peur de vieillir, la vieillesse va bien aux hommes. Et puis, plus j'avance en âge, plus la paix s'installe entre mon corps et mon mental. Depuis quelques mois, mon corps porte un tatouage *« Let me dream »*. En dévoilant ce que je veux au plus profond de moi, il est devenu l'étendard de ma sensibilité. En 3 heures de douleur, j'ai abandonné mon corps d'adolescent et affiché un principe pour ma vie d'homme. »

PHOTOS ©PHILIPPE GARCIA



«Vivre nu est une libération»

Gérard, 45 ans, comédien

« De l'âge de 6 ans où j'ai joué dans la première version des *Rois maudits* à 35 ans où j'ai été le dompteur dans *Roseline et les lions* de Jean-Jacques Beineix, j'ai été comédien et mannequin. C'est dire si mon corps, sa beauté, sa conformité aux standards a influé le déroulement de ma vie. J'ai toujours pensé que c'est un cadeau de la nature, et qu'il y a plus beau et plus moche que moi. Me déshabiller ne me gêne pas, je sais ce que je vais montrer. En revanche, c'est dur de me déshabiller psychologiquement. Moi-même, je ne suis pas sûr de ce que je vais découvrir ! Je pratique le naturisme. Vivre nu, c'est une libération psychologique. Pour le faire, on doit s'accepter soi-même et accepter les autres. Il n'y a plus le masque social des vêtements, on apparaît alors dans toute son humanité. De plus en plus d'hommes se font épiler intégralement, je ne comprends pas du tout ni esthétiquement, ni symboliquement. Pourquoi chercher à gommer le temps qui passe en arborant un corps sans signe de maturité ? Je ne fais rien pour entretenir le mien mais j'ai peur du vieillissement. Pas à cause des flétrissures mais de la douleur, de l'affaiblissement. J'ai deux enfants et l'une de mes grandes préoccupations a été de leur faire découvrir la paix avec leur corps, l'accepter tel qu'il est. On leur vend des modèles de beauté, complètement impossibles à atteindre. »

Complétez vite votre collection de PSYCHOLOGIES MAGAZINE



N°284 - avril 09



N°285 - mai 09



N°286 - juin 09



N°287 - juillet/août 09



N°288 - septembre 09



N°289 - octobre 09



N°290 - novembre 09



N°291 - décembre 09



N°292 - janvier 10



N°293 - février 10

jusqu'à **-25 %** d'économie





N°294 - mars 10



N°295 - avril 10

Protégez votre collection avec les élégantes reliures de Psychologies magazine qui seront du plus bel effet dans votre bibliothèque.



Reliure en carton renforcé, aspect cuir naturel. Contenance 6 numéros.

GOUTAL AGENCE TÉ



BON DE COMMANDE

A découper ou recopier sur papier libre et à renvoyer sous enveloppe affranchie à :
PSYCHOLOGIES MAGAZINE - VPC - B.P. 70004 - 59718 Lille Cedex 9

GVHS14

☑ **OUI,** je commande le(s) numéro(s) suivant(s) : ....

Au prix de 6 € par exemplaire* pour la France métropolitaine, soit ...... numéros x 6 € = ... €
Au prix de 10 € par exemplaire* pour la zone euro, soit ...... numéros x 10 € = ... €

Je commande mes reliures Psychologies magazine :

- ❒ 1 reliure au prix de 12 €* .
- ❒ 2 reliures au prix de 20 €* au lieu de ~~24 €~~ soit 16 % de réduction.
- ❒ 3 reliures au prix de 27 €* au lieu de ~~36 €~~ **soit 25 % de réduction.**

Total de ma commande :
Total anciens numéros ...... €
+ total reliures ...... €
= ...... €

Je règle par :

❒ Chèque bancaire à l'ordre de Psychologies magazine
❒ Carte bancaire N° |_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|
Date de validité |_|_|_|_|
Cryptogramme |_|_|_| (les trois derniers chiffres au dos de votre carte bancaire dans le cadre signature)

Date et signature obligatoires

❒ Mlle ❒ Mme ❒ M.
Nom : ....
Prénom : ....
Adresse : ....
Ville : .... Code postal : |_|_|_|_|_|
Pays : ....
Date de naissance |_|_| jour |_|_| mois |_|_|_|_| année
Tél. : |_|_|_|_|_|_|_|_|_|_| Port. : |_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|
E-mail : .... @ ....
(❒ j'accepte que mon e-mail soit transmis à des partenaires)

Offre valable jusqu'au 13 août 2010 et dans la limite des stocks disponibles. *Frais d'expédition inclus. **Vous pouvez aussi commander par téléphone au 03 20 12 86 01.**
Conformément à la loi « Informatique et libertés », vous disposez d'un droit d'accès et de rectification des données vous concernant. Vos coordonnées peuvent être transmises à nos partenaires sauf opposition de votre part ❒. Photo non contractuelle. RCS NANTERRE 326 929 528. Psychologies – 149 rue Anatole France 92534 Levallois Perret cedex.

les annonces du mieux-vivre

PSYCHOLOGIES MAGAZINE - WWW.PSYCHOLOGIES.COM

Nathalie Bourdon, directrice - nathalie.b@psychologies.com - 01 41 34 76 39
Thérèse Herrero, assistante - therese@psychologies.com - 01 41 34 76 43

Annuaire des psys

• PARIS 1ER - 01 42 36 15 45
Guy Massat
Psychanalyste
«Pour plus de jouissance»

LORIENT - VANNES
02 97 21 99 68 - 06 12 17 48 71
Cabinet Marithé Couchevellou
Sophrothérapeute conseil AT / PNL
Gestion stress - Relations -
Santé - Examens. Coaching de
dirigeants - Bilan de Parcours.

• LYON - 04 78 34 71 13
Nadine Bronda
Psychanalyste freudienne
Sexothérapeute
Psychothérapie analytique
Ados, Adultes, Couples

TOUTES RÉGIONS : 01 42 74 48 48
Psytel
Des psychologues, psychanalystes
et psychothérapeutes à l'écoute.
7j/7 de 9h à 24h. www.psytel.fr

• (33) TALENCE - 05 57 96 93 29
Isabelle Drault - 06 88 49 39 89
Psychothérapie analytique
Développement personnel par le chant

Coaching de vie

CHANGEZ VOTRE VIE MAINTENANT
NE LA SUBISSEZ PLUS
Mental-Coaching pers. et prof.
RV+ Formations : Paris et Bordeaux
Premier entretien offert. 19 ans d'exp.
06.07.63.88.28
www.coach-mental.com

RETROUVEZ CHAQUE MOIS
TOUTES LES ANNONCES DU MIEUX-VIVRE
(bien-être, formations, thérapies, rencontres...)
EN FIN DE MAGAZINE

POUR TOUTE RÉSERVATION
DANS CE CAHIER, CONTACTEZ
LE 01 41 34 76 43

therese@psychologies.com



Sur Internet
www.appart-ages.fr
Offre spéciale Psychologies Magazine
2 mois Offerts* !

Amitiés, Rencontres, www.apart-ages.fr n'est pas un site comme les autres ! Ici vous allez rencontrer des personnes sérieuses qui vous correspondent vraiment. Vous prendrez plaisir à utiliser nos services simples et efficaces, surs, modérés et anonymes.

* Offre valable sur le PASS 3 mois avec le code presse 767PSY01.



COACHING EVASION :
Une semaine de stage pratique en hôtel-club, en juin 2010.
Tél. : 01 42 61 84 45 ou 06 03 24 97 73 – www.ecoledeseduction.com

ILS ONT MIS CE HORS-SÉRIE EN **IMAGES**



MEYER

Membre du collectif « Tendance floue », Meyer est partout : en Palestine, derrière les taureaux de Camargue, dans les raves underground, dans la caravane du Cinéma numérique ambulant qui traverse la brousse africaine, et actuellement avec les enfants des quartiers nord de Marseille. Dans le premier chapitre de ce numéro, Meyer a saisi l'intimité des garçons et les hommes de son entourage.

ALDO **SPERBER**

Spécialiste du quotidien qui dérape, Aldo Sperber a commencé la photo en 2001 après 15 ans de peinture et de sculpture. À l'agence Picturetank, il alterne photos de presse et travaux personnels. Ses mises en scène sont suivies d'un assemblage numérique de petits détails qui détournent la réalité. Dans ce hors-série, ses images sur l'amour en témoignent.





Alain Pilon

De Montréal, Alain Pilon dessine pour la presse américaine et canadienne, notamment *The New York Times, Premiere Magazine, Popular Science Magazine, The New Yorker, L'Actualité et Infopresse.* En France, il a collaboré à la revue *XXI.* Son trait faussement simple et doucement ironique illustre nos articles sur les gays, les héros des séries télé, les machos du foot et la vie au travail.



Gaétan Nocq

Peintre, dessinateur, voyageur, Gaétan Nocq promène ses couleurs de Paris à l'Asie. Membre du collectif « Les carnettistes tribulants », il a publié *Banlieue nomade* (2006), *Ce que j'aime en toi* (2007), *Vivre vieux !* (2009) aux éditions Alternatives. Il a croqué pour nous les aventures d'un père et de son fils dans les Ardennes.



NAN **GOLDIN**

En photographiant son entourage, cette native de Washington a toujours saisi l'envers du rêve américain. Maintenant entre New York, Londres et Paris, Nan Goldin continue de faire les portraits de ses amis. Ils lui livrent une intimité qu'aucun modèle professionnel ne saurait donner. Pour s'en convaincre, il suffit de regarder ses images de pères et d'enfants.



BAUDOUIN

Photographe indépendant depuis dix ans, Baudouin s'est spécialisé dans le portrait d'intérieur. Ses photos fixent une image du temps, reflètent une part de la personnalité de ses modèles et ne manquent pas d'humour, comme le montrent, entre autres, celles qu'il a consacrées aux bandes pour ce numéro.

PHILIPPE **GARCIA**

Diplômé des Beaux-Arts de Paris, Philippe Garcia est un photographe demandé dans la presse magazine : il signe dans *Les Inrockuptibles, AD, Madame Figaro*… Pour nous, il a fixé dans son objectif le corps masculin dans tous ses états, dans ses détails comme dans son ensemble.



PHOTO (EN BAS À GAUCHE) : ©ALDO SPERBER/PICTURETANK

καλώς ήρθατε στην Ελληνική έκδοση *

Mai 2010, la Grèce rejoint la planète PSYCHOLOGIES



* Bienvenue à l'édition grecque

11e édition de notre magazine dans le monde après













LA FRANCE

L'ITALIE

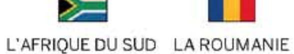
L'ESPAGNE


LA BELGIQUE

LE ROYAUME-UNI

LA RUSSIE

LA CHINE

L'AFRIQUE DU SUD

LA ROUMANIE

LE MEXIQUE



Pour votre santé, pratiquez une activité physique régulière. www.mangerbouger.fr